المرأة والطب النفسي

موعد في عيادة الطبيب

تأليف

فاطمة الزهراء فلا

مكتبة جزيرة الورد

١٥٥,٦٣
ف ف م

موسوعة
المرأة والطب النفسي

إعداد
فاطمة الزهراء فلا

مكتبة جزيرة الورد

بطاقة الفهرسة

فهرسة الهيئة العامة لدار الكتب و الوثائق القومية .

فلا، فاطمة الزهراء .

المرأة الطب النفسي /تأليف فاطمة الزهراء فلا

. ـ ط١. القاهرة : مكتبة جزيرة الورد، ٢٠٠٦ .

٣٣٦ص ، ٢٤سم .

١ـ المرأة ـ علم نفس .

٢ ـ سيكولوجية المرأة . ١٥٥,٦٣٣

رقم الإيداع : ٢٠٠٦/٢٣٥٣٢

الجزء (١)

المرض النفسي للمرأة في سن اليأس

المرض النفسى للمرأة فى سن اليأس

تقول الدكتورة / وفاء البهائى :

المرأة فوق سن الأربعين تكون قد بلغت سن النضج وفى هذه السن تكون معظم النساء قد قمن بالمهمة العظمى وهى إنجاب الأطفال بل وأصبح هؤلاء الأطفال فى سن كبيرة نوعاً بحيث يمكنهم الاعتماد على أنفسهم وبحيث تتاح للمرأة فرصة الاستمتاع بحياتها ولو أن هناك تسمية خطأ وهى أن المرأة فوق الأربعين تدخل (سن اليأس) وهذه التسمية بعيدة عن الحقيقة، والتسمية الصحيحة هى "تغيير نوع الحياة" وهى ترمز إلى إنقطاع الطمث "العادة الشهرية" وتوقف عمل المبيض (وضمور الأعضاء التناسلية) وعادة تبدأ هذه المرحلة فى سن بين ٤٥ـ٥٠ ولو أن هناك اختلافاً فى هذه السن بين الشعوب والعائلات ففى بعض الجزر فى شمال إسكتلندا تبدأ مرحلة تغيير الحياة فى سن بين ٥٥, ٦٠ ولكن فى إنجلترا وأمريكا الشمالية وفى مصر تبدأ فى ٤٥و٥٠سنة بمتوسط ٤٧سنة ولو أن هناك حوالى ٢٥٪ من النساء ينقطع الطمث عندهن طبيعياً ويدخلن مرحلة تغيير الحياة قبل بلوغهن ٤٥سنة وهناك أيضاً حوالى ٢٥٪ من النساء تستمر العادة الشهرية عندهن حتى بعد سن الخمسين.

أعراض سن اليأس

عند اقتراب المرأة من سن اليأس تبدأ العادة الشهرية فى التناقص "تصبح كميتها قليلة" وبعد أن تكون منتظمة وتأتى كل شهر تصبح متباعدة وتأتى كل شهرين أو ثلاثة وتستمر هكذا مدة من سنة إلى خمس سنوات حتى تنقطع نتيجة توقف تأثر المبيضين بالتنبيه الذى يصل من الغدة فوق النخامية وهذا نتيجة اختفاء البويضات الكامنة فى المبيض بسبب تأثير السن. ونتيجة لسن اليأس "تغيير الحياة" تحدث للمرأة تغيرات عضوية وتغيرات عصبية ونفسية.

أولاً : التغيرات العضوية

مثل زيادة الوزن وهذه الزيادة مسألة يمكن لحسن الحظ التغلب عليها، وهى تحدث نتيجة زيادة الشهية للأكل فى هذه المرحلة ونتيجة لما يحدث فيها من تغييرات فى الإفراز الهرمونى وما يتبع ذلك من آثار على التمثيل الغذائى ويصيب زيادة الوزن استدارة الكتفين وسمنة الذراعين وامتلاء الخصر وكذلك يحدث نمو شعر خفيف فى الوجه أما شعر العانة وتحت الإبطين فلا يتأثر لأنه يعتمد على إفراز الغدة فوق الكلوية لا إفراز المبيض، أما شعر الجسم فيقل نتيجة لتقدم السن.

وهناك أعراض أخرى تطرأ على الجهاز الهضمى خلاف زيادة الشهية للأكل منها حمو الجوف والانتفاخ والإمساك وتقلصات القولون العصبى وأعراض تطرأ على الدورة الدموية كزيادة ضربات القلب وألم فى الصدر من جهة القلب وإحساس المرأة بسخونة فى رأسها "هبو" تستمر دقائق

ثم تزول وتعود، وبتعداد مرات عودتها يمكن تقدير شدة الحالة قد تصل إلى مرة واحدة كل ربع ساعة ويعقب "الهبو" قشعريرة باردة وعرق غزير فى المساء.

ومن الأعراض العضوية أيضاً آلام فى الثدى وفى المفاصل، وبعد انقطاع الطمث تتعرض المرأة لاحتمال الإصابة بالجلطة فى الشريان التاجى، مثلها مثل الرجل تماماً فى حين أنها قبل انقطاع الطمث تكون محصنة ضد الإصابة بهذه الجلطة بهرمون الإستروجين الذى يفرزه المبيض (ويبدأ الجسم فى تغيرات شاملة).

التغيرات العصبية والنفسية

وهناك أعراض عصبية ونفسية لسن اليأس كالاكتئاب والتهيج العصبى وعدم القدرة على التركيز والصداع والأرق والتنميل فى اليدين والرجلين ودوخة قد يلازم قلة من النساء فى مرحلة سن اليأس فقط. وهناك أيضاً أعراض نفسية مختلفة وتعتمد اعتماداً كبيراً على التكوين الفردى للمرأة وعلى مدى نظرتها وقدرتها على تهيئة نفسها للدخول فى هذه المرحلة وتختلف هذه الأعراض النفسية عند المرأة المتزوجة عنها عند المرأة غير المتزوجة كما تختلف هذه المرأة التى أنجبت أطفالاً عنها عند المرأة التى لم تنجب أطفالاً وهنا نكتشف أن المرأة كلما كانت مهيأة على الوجه الأكمل بالاطلاع بمختلف الوسائل وبالتوجيه السليم كانت هذه التغيرات النفسية طفيفة جد أو لا تذكر وربما لا تتجاوز درجة بسيطة من عدم الاستقرار العاطفى.

ولكن معظم النساء تجهلن موضوع سن اليأس "تغيير الحياة" أو لديهن معلومات خاطئة عنه ليس لها أى أساس من الصحة ولذلك تقترب المرأة عندنا من سن اليأس وهى ترتعد خوفاً من فقدان الأنوثة وقد تلازمها هذه الفترة من ٥ : ١٠ سنوات قبل أن تدخل مرحلة سن اليأس فهى تخاف من الجنون وتخاف أن تفقد محبة زوجها بل إن بعض النساء يربطن سن اليأس بسن الإصابة بالسرطان وبالاختصار يعتبر كثير من النساء سن اليأس مع انقطاع الطمث معه بأنه علامة الكبر والعجز والشيخوخة والهرم ويعتبرنه جواز المرور إلى الشيخوخة. ولعل مرجع هذا الاعتقاد أن انقطاع الطمث لا يمثل انتهاء إمكانية الإنجاب فقط ولكن بعض النساء المتزوجات يخطئن التفكير بالظن أن انقطاع الطمث معناه إنقطاع الرغبة الجنسية والحب الجسدى والحقيقة غير ذلك لأن انقطاع الطمث فى بعض الأحيان يزيد الرغبة الجنسية ويوثق الحب الجسدى مع زوال عامل الخوف من الحمل وزيادة المسئولية من العقل الباطن.

وطبيعى أن المرأة تتحمل متاعب أكثر فى تربية الأولاد بعد الأربعين ومع كبر سنهم متاعب جسمية بسبب كثرة مطالبهم ومشقة رعايتهم ومتاعب مادية بسبب كثرة مصروفاتهم ولذلك نرى الأم فوق سن الأربعين تشكو من أتفه الأسباب وتثور ولكنها لا ترجع شكواها أو ثورتها إلى متاعب الأولاد بل ترجعهما إلى سن اليأس وهى منها براء.

العلاج الميسور

والخلاصة أن المرأة تظلم سن اليأس وتخاف منها وتعمل لها ألف حساب عندما تقترب منها والعلاج يكون أساساً بالتوعية بتفهم المرأة أن

سن اليأس "تغيير الحياة" وليس "نهاية الحياة" وأنها تبدأ بعدها فترة استمتاع جميلة بالحياة بعد أن أدت رسالتها وأنجبت أولادها... فترة تعويض عما بذلته من عناء ومتاعب فى سبيل إنجاب هؤلاء الأولاد فترة الهدوء والسعادة التى تحلم بها كل امرأة. ولابد من أن تدرك أن هذه الفترة فترة تحد للقدرة على الاحتفاظ بجسم سليم وهذا أمر يتوقف عليها وحدها على مدى تهيئة نفسها للدخول فى مرحلة "تغيير الحياة".

ويجب أن تمارس هوايات ورياضات تصون نفسها من التدهور وتنقذ جسمها من الترهل مع السير على نظام معين فى الأكل اتقاء لزيادة الوزن وهناك بعض العقاقير الطبية التى تساعد المرأة على التغلب على أعراض سن اليأس والهبو والعصبية وانتفاخ البطن والسمنة وغيرها من الأعراض العضوية التى ذكرناها ومن هذه العقاقير المهدئات (ومضادات الاكتئاب) مع مراعاة عدم استعمالها إلا باستشارة الطبيب وقد يستلزم التعويض عن النقص الكبير المفاجئ فى إفراز هرمون المبيض تعاطى بعض (العلاج البديل) حسب ما يشير الطبيب.

عذاب زوجة

تزوجت منذ عشرين عاماً وكنت فى حالة نفسية سيئة وأنا معتقدة أن زوجى يحبنى وأنى بهذا الحب سوف تتحول حالتى النفسية السيئة إلى حالة نفسية هادئة وسعيدة لكنى اكتشفت مع الأيام أن زوجى كله مساوئ وعيوب لكنى عشقت المستوى الاجتماعى والثراء فانتابتنى حالة أشبه بالجنون خاصة أن معاملة زوجى بدأت تزداد سوءاً فقررت الإنفصال مهما كانت الأسباب فالعذاب الذى أشعر به لا يشعر به غيرى وبالفعل تم الانفصال بعد زواج دام أكثر من ثمانى سنوات.. وبعد عامين من الانفصال فى اجترار علقم الذكريات القديمة التقيت بالرجل الثانى فى حياتى والذى تزوجته وأنا أشعر بأنى منومة تنويماً مغناطيسياً من سحر كلماته وهداياه التى غمرنى بها... وما حدث مع زوجى الأول تكرر مع زوجى الثانى فهو يهوى النساء وله فى كل بلد حبيبة خاصة وأنه كان

رجل أعمال لكنى صمت من أجل ابنتى وازددت صمتاً وقهراً وأنا أراه يبتعد عنى نفسياً وجسدياً ولا يريد منى إلا أن أكون زوجة له أمام المجتمع وأماً لابنته لكنى لم أستطع الصمود وتعرفت على أحد الشبان الذين يدرسون بالجامعة... غريب ووحيد ويسكن فى إحدى الشقق مع مجموعة من زملائه... لكن سرعان ما أوقعته

فى حبى وكان يتردد على كثيراً فى غياب زوجى.. الذى اشتم رائحة الخيانة فدبر لى أمراً فى السر واكتشف الجريمة فطلقنى وأخذ ابنته أما أنا فأصابنى انهيار عصبى شديد دخلت على إثره أحد المصحات النفسية والعصبية.

هذه القصة تحدث كل يوم وليست نموذجا واحدا بل نموذج من آلاف النماذج المرفوضة المريضة التى تسقط فى براثن الجريمة والانحراف كل يوم فتجسد أمامنا تدهور الحالة النفسية المرضية التى تصاعد حجمها فى السنوات الأخيرة نظراً لتدنى المستوى الاجتماعى عند المرأة بالذات فبحثت عن الثراء فى الرجل الأول والثانى دون أن تبحث عن عواطفها ومشاعرها. وهذه القصة هى نموذج لتداعيات هذا التغيير الطارئ العنيف على مشاكل البيئة الاجتماعية وما تعكسه على الإنسان نفسه.

وقد انعقدت المؤتمرات الدولية العلمية النفسية الستة ثم المؤتمر السابع الذى شهدته القاهرة فى منتصف يناير ١٩٩٢ واشترك به ١٢٠ من الأساتذة القدامى والأطباء الشبان وتدارسوا معاً تحديث علاج الآثار النفسية لمرضى إدمان الحشيش والهيروين والصلة بين هؤلاء المرضى نفسياً وما يطاردهم من اكتئاب ووساوس وأمراض عصبية تدفع بعضهم إلى ارتكاب الجريمة.

المنابع النظرية لصحة الأسرة النفسية

(د. صفاء السروجى)

س: هل يمكن علمياً أن يتساوى التخلف فى الذكاء الاجتماعى بالتخلف العقلى؟

ج: عندما نذكر كلمة العقل فلا نعنى بذلك الذكاء فقط بل كل زوايا الإنسان من الشخصية والمزاج والسلوك وليس سراً أن المجتمعات المتحضرة تحتاج إلى ذكاء مواطنيها للتوافق الاجتماعى وتراجع الجريمة ويرى بعض العلماء أن التخلف العقلى ليس مرضاً ولكنه نقص فى الذكاء يجعل الفرق بين ضعيف العقل والشخص العادى فرقاً فى الدرجة وليس فرقاً فى النوع وثمة مجموعة أخرى من العلماء ترى أن التخلف العقلى يمثل قصوراً عاماً فى الوظائف الذهنية التى تنشأ أثناء فترة النمو وهى حالة تتصف بعدم النضوج عاطفياً واجتماعياً وجسدياً بمعنى قصور فى الوظائف "التوافقية" للإنسان أى إنخفاض مستوى الآداء المتوقع منه بالنسبة للسن والمستوى الثقافى فى التعامل مع النواحى المختلفة بالمجتمع والأنشطة المتعددة المقترنة بالمهارات الإجتماعية أو تحمل المسئولية أو القدرة على التعامل مع الآخرين بأسلوب صحيح أو القدرة على الاستقلال الشخصى إلى جانب التدنى فى الوظائف الذهنية.

وهناك تخلف عقلى خفيف ومتوسط وشديد وتخلف عقلى غير مصنف أو غير محدد وقد اختلف العلماء فى أمريكا وإنجلترا وإستراليا وهى الدول التى تعرضت فى السنوات الأخيرة لأبحاث مفهوم الذكاء

لدى البشر وإختلفوا حول تعريف أو تحديد درجات الذكاء عند الإنسان وهل المرأة أذكى من الرجل؟ لقد ثبت أنه من العيب علمياً أن يستند خبير إلى دليل واقعي يؤكد المفهوم الأساسي للاتفاق على حجم الذكاء البشرى بينما يمكن أن نصف إنساناً بالذكاء أو ضعف الذكاء أو بالذكاء المتوسط فالمقاييس المستعملة حتى الآن غير سليمة وعندما تقرن الأسرة ابنها أو ابنتها بالذكاء فذلك يعود فى جميع دول العالم إلى أحكام المدرسين التى يطلقونها على التلاميذ والتلميذات منذ مرحلة الدراسة الابتدائية فهم يحكمون على تلميذ تفوق فى مادة النحو العربى أو الحساب أو الرياضة أو الهندسة بالذكاء بينما تجد ذات التلميذ ضعيفاً فى مواد دراسية أخرى ولو واجه ذلك التلميذ الضعيف فى مرحلته الثانوية أو الجامعية اختباراً علمياً شاملاً للذكاء لعجز عن اجتيازه.

لقد أثبت بعض العلماء فى أبحاثهم حول الذكاء والتخلف العقلى والبداية الجادة تعود إلى عام ١٨٠٦ بأسبانيا ثم أمريكا ففرنسا وإيطاليا ومصر أن التحصيل الدراسى بين شخص وآخر يمكن أن يصبح دليلاً على الذكاء فعند قيام الإنسان بحل مسألة رياضية أو ترجمة صفحة كاملة من لغة لأخرى دون أخطاء أو إبطاء فإنه يعتمد على عدد من وظائف المخ نتيجة درجات متتالية من الذكاء هذا الإنسان نفسه عندما يقتحم مشروعاً تجارياً أو صناعياً فيصاب بالفشل ومن الممكن أن تعود أسباب الفشل إلى قدرته الشخصية المقترنة بغياب السلوك وردود الأفعال لديه.

وبعض الأبناء أحرز الدرجات النهائية فى التحصيل الدراسى حتى تصفهم أسرهم "بالعبقرية" فى كل المراحل الدراسية ثم يتعثرون فى

الذاتية مثل الخبرات المبكرة للطفل والطفل الذى تتراكم فى الجهاز النفسى له بمناطقه المختلفة لكن التطور الذى شهدته فروع علم النفس التطبيقى والتجريبى وكذا علم الاجتماع فى الثلاثينيات والأربعينيات من هذا القرن ساهم فى نقل مركز الصقل والاهتمام من الطفل كفرد إلى البيئة أى العائلة ثم المجتمع وأدى هذا بدوره إلى انتشار مركز "إرشاد الطفل" مع مشكلات الطفل يعتمد على مشاكل فريق كامل مع الأخصائيين من الطب النفسى وعلم النفس

وعلم الاجتماع وذلك بكسر الأسلوب الذى كان متبعا قبل حيث كان ينفرد الطبيب النفسى مثلاً بالتعامل مع الطفل المريض نفسياً دون تنسيق مع الأخصائى النفسى أو الاجتماعى.

ومن ناحية أخرى أدى هذا بدوره إلى نشوء جدل علمى حول نظرية أسباب الأمراض والاضطرابات النفسية لدى الأطفال وتبلور الجدل فى تيارين رئيسيين: الأول: يؤكد على الأهمية الشديدة للعوامل الوراثية أو الفطرية والثانى يعلى من شأن العوامل الاجتماعية وفى مقدمة العوامل التى ركز عليها أصحاب الاتجاه الأخير علاقة الطفل بأمه خاصة درجة تعلقه بها واعتقادهم أن هذه العلاقة المحورية فى حياة كل طفل تكمن فيها الأسباب التى يمكن أن تؤدى إلى اضطرابات الطفل النفسية، ومن

هنا بدأت تظهر مصطلحات من قبيل الأم الفصامية فى الأربعينات وتطور الاهتمام لاحقاً فى الخمسينيات والستينيات نحو علاقة الطفل بأبويه أو العلاقة الزوجية أى علاقة الأب والأم ببعضهما وانعكاس ذلك على العلاقات داخل الأسرة فعلى سبيل المثال لاحظ (چونسون) عام (١٩٥٩) أن سلوك الأطفال المضطرب أحياناً ما يعكس أن يمثل جانباً أو آخر من رغبات الوالدين ودوافعهم اللاشعورية وكان ذلك على وجه التحديد من خلال ملاحظاته لحالات اضطرابات السلوك أو انحرافات الأحداث أو الفصام عند الأطفال ومع نمو هذا الفهم لأسباب الأمراض النفسية عند الأطفال تحورت أساليب العلاج حول علاقة الطفل بالأب من ناحية وعلاقته بأفراد العائلة كمجموعة من ناحية أخرى ولهذا اتجهت الممارسة الإكلينيكية إلى تطبيق أسلوب فريق العلاج الجماعى الذى يضم عدداً من المختصين فى كل مجال من المجالات التى تتصل من زاوية أو أخرى بالتعامل مع الطفل طبياً ونفسياً.

ثانياً : دراسات اجتماعية ونفسية اجتماعية

منذ بدايات علم الاجتماع فى القرن التاسع عشر ودراسة الأسرة تعد واحداً من الأبحاث الرئيسية فى هذا العلم ومع النمو المطرد لأدوات البحث الاجتماعى تزايد الاهتمام بدراسة الأسرة كوحدة اجتماعية فى الخمسينيات والستينيات من القرن الحالى.

فالباحث بارسون أشار عام ١٩٥٥ إلى أن الأسرة تلعب فى حياة الطفل دوراً فى تفسير عادات وقيم وقوانين المجتمع الأكبر بمعنى إضفاء المعنى على هذه المعايير الأخلاقية والسلوكية التى تحكم وتسير حد

ميادين العمل والأسباب مختلفة وأكثر المجرمين ذكاء تراهم متخلفين فى صباهم ثم برعوا فى مجال الانحراف مع العلم بأنه لم يرتكب مجرم حتى اليوم تلك الجريمة الكاملة وحين تصف الصحف مجرمًا بالمجرم شديد الذكاء فهى ترتكب خطأ بالقاتل بل خطيراً فالمجرم أصلاً مهما طالت فترة ما قبل القبض عليه يفتقد القدرة على توظيف الذكاء الطبيعى بما يخدمه بالشكل المشروع ويخدم مجتمعه فإذا استخدم ذكاءه فى الإجرام فهو يعكس حالة قصور شديد فى الذكاء.

نسب الذكاء

٦٨,٢٦٪ فى المجتمع تبلغ نسبة ذكائهم ما بين ٨٥ حتى ١١٥ درجة و ١٣,٩٥٪ أقل من ٨٠ درجة، ٥,١٤٪ أقل من ٧٠درجة، ١٢.٪ أقل من ٥٠درجة وهذه الإحصائية قدمها الدكتور أحمد عكاشة فى مؤتمر الطب النفسى عام ١٩٩٢.

كما ذكر عام ١٩٨٨ أن نسبة انتشار التخلف العقلى تبلغ ٨ إلى كل ألف نسمة من مقدار السكان عموماً مع ميل واضح للزيادة فى نسبة الذكور إلى نسبة الإناث. وقد فسر هذه الحالة بالعوامل الآتية :-

- تعرض الأجنة الذكرية للإصابات المخية أو التأثر نتيجة الولادة المتعسرة وهم أكثر تعرضاً من البنات لأخطار البيئة من خلال النشاط الذى يقوم به الذكور عادة فى مرحلة الطفولة.

- اختلاف معاملة الآباء والأمهات للذكور عن الإناث وإعطاء "الولد" حرية الحركة مما لا يمنحه الحماية الكاملة فى البيئة الاجتماعية المصرية فيصاب فى طفولته بالسلوك الاضطرابى العدوانى أو علماء أوروبا

فى القرن التاسع عشر أعلنوا تفوق قدرات الرجل العقلية على المرأة على أساس أنها تنبع من اختلاف الهرمونات بين الجنسين وصغر حجم مخ المرأة من مخ الرجل ثم جاء علماء القرن العشرين بمحاولة تفيد هذه "المقولة" العلمية من خلال تساؤل عن حجم مخ الفيل فهل يعنى هذا أن الفيل أكثر ذكاء من الرجل والمرأة وفى نهاية النصف الأول من القرن العشرين قال أحد العلماء: "إن المرأة أثبتت على مر الزمان القديم والحديث قدرتها العقلية فى أكثر المجالات العامة وتولى السلطة والعمل السياسى والدليل على ذلك ما جسدته سمير اميس - "ملكة آشور" وبلقيس "ملكة سبأ" وكليوباترا وچان دارك وشجرة الدر ومدام كورى وزوجة ماوتسى تونج والملكة ڤكتوريا ثم الملكة إليزابيث ملكة إنجلترا الحالية ومسز وأنديرا غاندى وأيڤا بيرون ومدام إكينو رئيسة الفلبين الآن ثم نساء الفضاء والأقمار الصناعية وعالمات عديدات فى الطب والهندسة والطاقة النووية لم تبرز أسماؤهن إلى الشهرة العالمية.

إستفادت مدرسة العلاج الأسرى فى صياغة منطلقاتها النظرية من اسهامات عدد من العلوم النظرية الأخرى وفى مقدمتها علم الإجتماع وفروع علم النفس الأخرى إلى جانب الطب النفسى للأطفال.

أولاً: الطب النفسى للأطفال

تطور الطب النفسى للأطفال كأحد فروع الطب النفسى لكنه أفاد أيضاً من طب الأطفال بوجه عام ومن الاتجاه الذى عرف باسم حركة إرشاد الطفل. فى البداية كان الاتجاه السائد فى فهم سيكولوچية الطفل ينبع من نظريات التحليل النفسى التى تؤكد أهمية العوامل الفردية أو

الذاتية مثل الخبرات المبكرة للطفل والطفل الذى تتراكم فى الجهاز النفسى له بمناطقه المختلفة لكن التطور الذى شهدته فروع علم النفس التطبيقى والتجريبى وكذا علم الاجتماع فى الثلاثينيات والأربعينيات من هذا القرن ساهم فى نقل مركز الصقل والاهتمام من الطفل كفرد إلى البيئة أى العائلة ثم المجتمع وأدى هذا بدوره إلى انتشار مركز "إرشاد الطفل" مع مشكلات الطفل يعتمد على مشاكل فريق كامل مع الأخصائيين من الطب النفسى وعلم النفس

وعلم الاجتماع وذلك بكسر الأسلوب الذى كان متبعا قبل حيث كان ينفرد الطبيب النفسى مثلاً بالتعامل مع الطفل المريض نفسياً دون تنسيق مع الأخصائى النفسى أو الاجتماعى.

ومن ناحية أخرى أدى هذا بدوره إلى نشوء جدل علمى حول نظرية أسباب الأمراض والاضطرابات النفسية لدى الأطفال وتبلور الجدل فى تيارين رئيسيين: الأول: يؤكد على الأهمية الشديدة للعوامل الوراثية أو الفطرية والثانى يعلى من شأن العوامل الاجتماعية وفى مقدمة العوامل التى ركز عليها أصحاب الاتجاه الأخير علاقة الطفل بأمه خاصة درجة تعلقه بها واعتقادهم أن هذه العلاقة المحورية فى حياة كل طفل تكمن فيها الأسباب التى يمكن أن تؤدى إلى اضطرابات الطفل النفسية، ومن

هنا بدأت تظهر مصطلحات من قبيل الأم الفصامية فى الأربعينيات وتطور الاهتمام لاحقاً فى الخمسينيات والستينيات نحو علاقة الطفل بأبويه أو العلاقة الزوجية أى علاقة الأب والأم ببعضهما وانعكاس ذلك على العلاقات داخل الأسرة فعلى سبيل المثال لاحظ (چونسون) عام (١٩٥٩) أن سلوك الأطفال المضطرب أحياناً ما يعكس أن يمثل جانباً أو آخر من رغبات الوالدين ودوافعهم اللاشعورية وكان ذلك على وجه التحديد من خلال ملاحظاته لحالات اضطرابات السلوك أو انحرافات الأحداث أو الفصام عند الأطفال ومع نمو هذا الفهم لأسباب الأمراض النفسية عند الأطفال تحورت أساليب العلاج حول علاقة الطفل بالأب من ناحية وعلاقته بأفراد العائلة كمجموعة من ناحية أخرى ولهذا اتجهت الممارسة الإكلينيكية إلى تطبيق أسلوب فريق العلاج الجماعى الذى يضم عدداً من المختصين فى كل مجال من المجالات التى تتصل من زاوية أو أخرى بالتعامل مع الطفل طبياً ونفسياً .

ثانياً : دراسات اجتماعية ونفسية اجتماعية

منذ بدايات علم الاجتماع فى القرن التاسع عشر ودراسة الأسرة تعد واحداً من الأبحاث الرئيسية فى هذا العلم ومع النمو المطرد لأدوات البحث الاجتماعى تزايد الاهتمام بدراسة الأسرة كوحدة اجتماعية فى الخمسينيات والستينيات من القرن الحالى .

فالباحث بارسون أشار عام ١٩٥٥ إلى أن الأسرة تلعب فى حياة الطفل دوراً فى تفسير عادات وقيم وقوانين المجتمع الأكبر بمعنى إضفاء المعنى على هذه المعايير الأخلاقية والسلوكية التى تحكم وتسير حد

العلاقات بين أفراد المجتمع الأكبر الذى يتدرج من الأسرة لمجتمع الحى فالمدينة .. وهكذا وفى هذا الإطار يتأثر دور الأسرة التفسيرى أو التوجيهى بدرجة التوازن والسواء النفسى الذى يتمتع به الوالدان ومن ناحية أخرى فإن التأثير لا يكون من طرف واحد بل أن الوالدين يتأثران بالطفل وردود أفعاله لأن ضرورة النمو ليست مقصورة على الطفل وإنما تخضع لها العائلة بحكم انتمائها لمحيط عائلى واحد ومن هنا فإن المحصلة النهائية للتأثير المتبادل بين الطفل وأسرته هو نتاج لآليات التفاعل فى المجتمع الأكبر بين نواته الأولى (أى الأسرة) من ناحية ومؤسساته وتنظيماته الاجتماعية من ناحية أخرى ويعد هذا المفهوم الأخير أحد الأسس التى تنهض عليها المدرسة "طريقة الأنظمة" فى

العلاج الأسرى وبناء على هذا الأساس النظرى تمكنت بعض البحوث فى علم التفاعل العائلى تعتبر ذات وزن خاص فى تحديد نتاج هذا التفاعل ومن ثم يتم التركيز على هذه العوامل أثناء الممارسة الإكلينيكية بأسلوب العلاج الأسرى.

ومن أمثلة هذه العناصر ما يعرف باسم الأدوار العائلية أى الطريقة التى يتم من خلالها تعيين أدوار محددة لكل فرد فى الأسرة خاصة

الأطفال الذين يكونون دائماً فى موضع تلقى التعليمات والتوصيات بشأن الأدوار المتوقع منهم أن يلعبوها والكيفية التى يراد منهم أن يؤدوا بها هذه الأدوار وحدود كل دور داخل التنظيم الأسرى ومن أبرز العناصر التى تبرز مسألة الأدوار العائلية: عنصر الجنس لأن الأسرة تعين دورا للذكر يختلف عن الذى تعينه للأنثى كما أن محددات الدور لكل جنس تتغير تبعاً لمراحل العمر.

البنت نص الولد

من الأبحاث التى أجريت بشأن المشاكل النفسية التى تنشأ من مسألة توزيع الأدوار داخل العائلة ذلك الذى أجراه "سبيجل" عام ١٩٦٤ إذ توصل إلى أن وجود صراع أو نزاع حول بعض الأدوار سواء حول من يلعب الدور المعين أو حول ما هو متوقع من صاحب الدور حين يلعب وجد أن هذا الصراع يؤدى عادة إلى إضطرابات سلوكية ونفسية لدى الأطفال واكتشف أن هذا الصراع يكون أكثر توتراً فى عائلات المهاجرين إلى مجتمعات غير أوطانهم الأصلية.

ومن أمثلة ذلك الصراع التقليدى الذى ينشأ لدى الأطفال والمراهقين بين ما يتوقعه منهم آباؤهم وما تتوقعه المدرسة كمؤسسة تنتمى بالدرجة الأولى للمجتمع المضيف وفى دراسات أخرى أجريت على بعض العائلات التى تضم مريضاً فصامياً بين أفرادها كان التركيز من قبل

الباحثين فى علم النفس الاجتماعى على الاضطرابات الخطيرة أى الذهان (المرض العقلى) بأنواعه وتعددت النظريات التى تحاول أن تشرح وتفسر طبيعة التفاعلات داخل شبكة علاقات الأسرة ومدى ارتباطها وتأثيرها على ظهور مريض فصامى فى الأسرة والجدير بالملاحظة هنا أن نتائج أبحاث علم النفس الاجتماعى فى مجال الاضطرابات العقلية لم تؤثر على طرق وأساليب العلاج فى مجال الطب النفسى وخاصة وأن الأطباء النفسيين يعتبرون علاج الأمراض العقلية موضوع اهتمام بالدرجة الأولى، ولعل هذا هو السبب فى أنهم لا يهتمون بالنتائج التى تتوصل إليها أبحاث علوم نظرية أخرى مثل علم النفس الاجتماعى ومع ذلك فإن المقارنة المثيرة تكمن فى أن معظم الباحثين والعاملين فى مجال الطب النفسى تحولوا خلال الأعوام القليلة الماضية إلى مجال الصحة النفسية للأطفال والمراهقين.

ووجدوا أن هناك ثلاث مجموعات أساسية من الباحثين فى هذا الموضوع الأخير.

المجموعة الأولى

فريق "ليدذ" الأمريكى وزملائه وقاموا (١٩٦٥) عن طريق استخدام وسائل التحليل النفسى التقليدية مع كل فرد من أفراد العائلة برصد مجموعة كبيرة من الملاحظات ومن خلالها تم التوصل إلى عدة نتائج.

أولاً : إن هناك نمطاً خاصاً من العلاقات فى عائلة مريض الفصام تسمى بالعلاقة المثلثة.

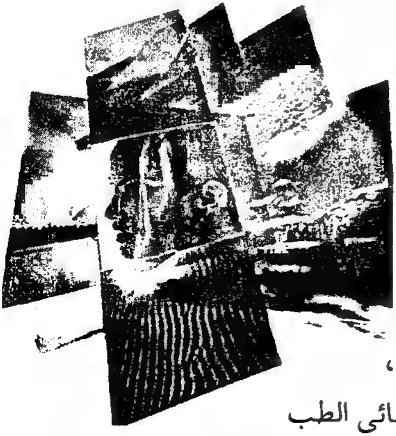
وهى تلك العلاقة المثلثة التى تجمع الطفل المريض ووالديه هذه العلاقة غير سوية وتعتبر مسئولة إلى حد كبير عن مرض الطفل.

ثانياً : تم التعرف على نمطين آخرين من العلاقات داخل عائلة المريض النمط المنحرف وتكون فيه كل مصادر التأثير والرعاية العاطفية موجهة نحو مساعدة الأم وليس الطفل كما هو معتاد فى الأسر السوية مثلاً والنمط المنقسم وهو يتسم بوجود صراع داخل العائلة وإن كان غير معلن طرفاهما الأبوان كل منهما يسعى إلى أن يقلل من شأن الآخر بالنقد المستمر وإبراز العيوب ويطالب كل طرف منهما الأبناء بالولاء التام والتنافس على ولاء الأبناء يعتبر ملمحاً أساسياً لهذا الصراع غير المعلن بين الأب الأم، فى نفس الوقت فإن تحفظاً أساسياً يثار بشأن هذا التحليل وهو أن الصراع بين الأب والأم ويعتبر ملمحاً قائماً فى معظم الأسر وإن كان وجوده أكثر بروزاً فى حالات أسر الطفل المريض إلا أنه أيضاً يوجد فى أسر مرضى آخرين غير الفصامين. من هنا يصبح من الصعب استنتاج أن هذا النمط من التفاعل العائلى (النمط المنقسم) هو السبب المباشر لظهور مريض فصامى فى العائلة.

المجموعة الثانية

كان رائدها الأمريكى "ليماوين" قامت هذه المجموعة بدراسة طرق التواصل بين أفراد العائلة الواحدة وأنماط العلاقات فيما بينهم وتم الاعتماد على وسيلة الاختبارات الإسقاطية لقياس هذه المتغيرات وتوصل البحث إلى أن أنماط التواصل وما يتبعها من علاقات من أفراد هذه الأسر

لها عدة خصائص مميزة أولها: التناقض بين المحتوى المعلن برسالة التواصل بين فرد وآخر وبين الشحنة العاطفية التى تصاحب هذه الرسالة وثانيها: ملاحظة الباحثين أن طرق التواصل العائلية تتسم بملمحين الأول أطلق عليه التظاهر بالمشاركة (الوجدانية)، والثانى التظاهر بالعدوانية وتعرفان باسم المشاركة الكاذبة والعدوانية الكاذبة وتفصيل ذلك أن فردا ما فى العائلة قد يتظاهر بالمودة وصدق المشاركة عند إحساسه بأن العدوانية قادمة من فرد آخر والعكس صحيح ومن النتائج التى توصل إليها الباحثون أيضاً أن نمط التواصل فى هذه الأسر يعوق نمو قدرة الطفل على التمييز بين الذات والآخرين وهذا بدوره يجعله عاجزاً عن التعرف على المشاعر والأحاسيس الصادقة لأن مقدرته على التمييز بين ما هو رمزى مجرد وما هو محسوس ملموس لم يتح لها النمو بالقدر الكافى أو السوى على الرغم من أن نتائج هذه الأبحاث لم تؤد إلى استنباط أو تعميم أسلوب علاجى معين



استخدام الرسم والموسيقى فى علاج ازدواج الشخصية

خبر قديم يقول:

نجح فريق طبى مصرى برئاسة الدكتور أحمد جمال ماضى أبو العزايم استشارى الطب النفسى، ومعه الدكتور عمر جنيدى أخصائى الطب

النفسى فى علاج مريض كان يعانى من ازدواج الشخصية، كانت له ميول أنثوية، واستطاع أن يتعاطى هرمونات أنثوية لمدة عشر سنوات دون استشارة طبيب مما أدى إلى تطور حالته، وظهور علامات الأنوثة عليه كبروز الثدى ونعومة الشعر والميل إلى التصرفات النسائية وغيرها من السلوكيات التى يحظى بها الجنس الناعم، الأمر الذى أدى به إلى طلب إجراء عملية التحويل.

ولكن الفريق الطبى استطاع أن يعيد الثقة للمريض عن طريق الرسم والموسيقى؛ فنجح فى ذلك بشكل كبير حيث عاد المريض لعمله الذى كان قد تركه خلال معاناته المرضية، وقد أجريت له جراحة استئصال الثدى بعد نجاح العلاج النفسى المكثف خلال ستة أشهر وعن الإصابة بازدواجية الشخصية يقول د. محمد حافظ الأطرونى... إن نسبة المرض غير معروفة على وجه التحديد فى العالم، وإن كانت النسبة فى الذكور أكثر منها فى الإناث، وفى مصر لا يمكن معرفة النسبة الحقيقية نظراً لأسباب دينية واجتماعية رغم أن هناك حالات فردية عرضها الناس من خلال وسائل الإعلام.

ما سبب الإصابة بالازدواجية

ترجع الإصابة بهذا المرض إلى اضطراب كهربى فى الفص الصدغى للمخ، ولكن فى أغلب الحالات يكون الاضطراب النفسى هو السبب فى ذلك، وكانت حالة المريض الذى تم علاجه سببها الهروب من المسئولية والاستسهال فى مواجهة المواقف التى تتطلب اتخاذ موقف حازم وإحساسه بالفشل وعدم صلاحيته لأى عمل فى حياته العملية، الأمر

الذى أدى إلى استسلامه لهذه الظواهر ومن هنا بدأت فكرة التغيير إلى الأنثى تشغل باله مما أصابه بالاكتئاب والاضطراب فى الشخصية والانطواء، نتيجة للاهمال والقسوة وعدم وجود الحنان والرعاية التى كان يتعرض لها من الأسرة لكن مع العلاج المكثف وإعادة الثقة إليه وهى التى كان يفتقدها والتى كانت السبب فى اضطرابه النفسى أدى إلى علاجه وعودته إلى ما كان عليه من مواطن صالح ويشارك فى بناء تقدم المجتمع الذى يعيش به.

ولهم رأى فى تأخر الزواج

أ.د حافظ الأطرونى

يقول د. حافظ الأطرونى

تأخر الزواج مشكلة نفسية خطيرة تصيب الشباب من الجنسين على السواء، الفتاة والشاب لأن الشاب يشعر بأنه مختلف عن غيره من زملائه فى العمر وهذا الإحساس بالاختلاف إحساس قاس

- الخاينة.. طلع ليها ماضى.. لقيت فى محفظتها صورة للخديوى عباس-

لأن الفرد بطبيعته يشعر أنه يماثل الجماعة التى يعيش فيها ويتطابق إلى حد كبير معها وهذا الإحساس بالاختلاف قد يؤدى إلى مشاعر القلق وعدم الثقة بالنفس كذلك يؤدى التأخر فى الزواج إلى التأخر فى الإنجاب

ثم يتقدم به السن ولا يزال أولاده فى حاجة نفسية إلى رعايته مما قد يؤدى إلى مشاعر القلق والكآبة وعدم الاطمئنان لذلك هناك نصيحة نقدمها أو نحبذها بالزواج المبكر فلابد من تكاتف الجميع لحل أزمة الزواج المتأخر وهذا الكم من الشباب الذين نراهم فى العيادات النفسية نتيجة المتاعب التى يعانى منها الشباب من الجنسين.

لماذا......؟

لماذا ؟؟ مشاكل زوجية بالجملة

بمجرد وصول الإنسان سن البلوغ تكون الأجهزة التناسلية قد تهيأت تماماً لعملية المعاشرة الجنسية فى الذكر والأنثى ويعتبر تأخر الزواج بين الشباب قنبلة موقوتة تهدد بالانفجار، من هنا بدأنا نجد مشكلات جديدة وخطيرة على المجتمع منها المعاشرات الجنسية الخاطئة والغير مشروعة والزواجات العرفية والأدهى من ذلك أطفال الملاجئ والشوارع.

حكايات الزمن القديم...الجميل

إبراهيم شاب موفور الصحة متورد الخدين يرتدى قميصاً وبنطلوناً ويسكن مع أبيه وأمه وأخويه محمد وعلى وأخته الصغيرة نجلاء، فى عمارة مكونة من أربعة طوابق له فيها شقة، حصل على دبلوم تجارة وانتهى من أداء الخدمة العسكرية وعمل موظفاً بإحدى الشركات.

ملحوظة.. حدثت هذه القصة فى الستينيات أيام عبد الناصر والثورة وعبد الحليم.. والأغانى الرومانسية التى تأمرنا وتحاصرنا لكى نعيش قصص الغرام لكى نتزوج .. نعود إلى صاحب قصتنا إبراهيم الذى

راح يجول بعينيه هنا وهناك يبحث عن عروس إلى أن وجدها زميلة له فى الشركة وتصغره بعامين جميلة مثل بدر التمام وبادلته النظرة بنظرة واللهفة عليه حين يغيب فهام بها إبراهيم حباً لمدة شهرين.. وحين فاض عليه الشوق جرى على الست "علية" أمه لكى تخطبها له وما كذبت الست الخبر وذهبت على الفور لتعاين البضاعة أقصد العروسة التى أعجبتها تماماً وقررت على الفور الخطوبة. وما هى إلا شهور قليلة حتى تأبط إبراهيم ذراع ليلى على أنغام الفرقة الموسيقية إتمخطرى يا حلوة يا زينة.. يا عود قرنفل فى جنينة. وتنتهى قصة الحب الجميلة فى شقة كاملة من مجاميعه وينجب إبراهيم الأولاد والبنات ويعيش فى تبات ونبات.

حكاية من هذا الزمان

سامى.. شاب فى السابعة والثلاثين تخرج من الجامعة منذ سنوات طويلة... يعيش فى شقة مكونة من غرفتين مع أبيه وأمه وأخته هدى والتى تبلغ من العمر ثلاثين عاماً، حلقة مفرغة يدور فيها يعمل هنا وهناك بلا مورد ثابت ينام حتى يؤذن العصر.. لا هدف ولا استقرار ولكن علاقات غرامية متعددة إنه كالثعلب دائماً يبحث عن فريسة مرة أرملة مات زوجها وتعيش وحيدة فيقضى معها فترة إلى أن يمل منها أو هى تكتشف أنه لا يريد منها إلا المال، ومرة عانس فاتها قطار الزواج وحين تكتشف نواياه الدنيئة تهرب منه.

عاش قصة حب حقيقية مع ابتسام وإبتسام كانت تحبه وتتمنى الزواج منه لكنه كالعادة تهرب لكن هذه المرة العلاقة قلبت بغم بعد أن تزوج منها بورقة زواج عرفى والشقة التى شهدت هذه الأحداث هى

شقة أختها المسافرة إلى الكويت ومفتاح شقتها مع إبتسام وإن غاب القط إلعب يا فار وعلى رأى المثل «مسكوا القط مفتاح الكرار» .. ومرت الأيام وسامي يعيش قصة حب مع إبتسام وكل الثوانى والدقائق والساعات غرام فى غرام إلى أن استيقظ النيام على خبر مش تمام.. فوق الكنبة استلقى سامى بعد أن غابت إبتسام فى الحمام لتفرغ ما فى معدتها وقد تكررت هذه الحكاية أكثر من مرتين فى أسبوع واحد فأخذ عقله يودى ويجيب وقد شعر أنه على عتبات مصيبة كبيرة.. خرجت إبتسام من الحمام وقد شحب وجهها واستعدت لإلقاء القنبلة التى أطاحت بكيان سامى وجعلته يهب واقفاً قائلاً فى ثورة .. ماليش دعوة إنتى السبب صرخت إبتسام وخافت أن يسمع صوتها الجيران وقالت له فى هم والعمل يا سى روميو .... لازم نكتب كتابنا بكرة أنا حامل فى شهرين.

خرج سامى وسحب الباب من خلفه ليغيب فى الظلام أو فى الزحام أما إبتسام فعليها الآن أن تواجه مصيرها المحتوم أو المشئوم فيما تحمله فى أحشائها وكيف تحتمل نظرات المجتمع البشعة التى تلقيها بأبشع الاتهامات، خرجت مسرعة إلى شرفتها فى الدور السادس وألقت بنفسها ولا عزاء للحب والأشواق.

تعليق فى زمن الحرية

تلعب الأمراض النفسية دوراً كبيراً فى زمن الحرية والمعاناه الاقتصادية وانتشار الأفكار التى تروج للإباحية وبث سموم الغرب داخل نفوس شبابنا بأن الزواج قيود وأفكار متخلفة من الماضى ولا يصح أن تستمر معنا فى أعتاب القرن السادس والعشرين.

اقتراحات وحلول غير تقليدية

حوار بين عاشقين

* هى * ها تجيب لى شبكة شكلها إيه؟

* هو * شكل السعادة اللى ها تشوفيها معايا بعد الزواج أنا قلبى شبكة يا حبيبتى وأشواقى هاتكون مهرك.

هذه العبارات بعيدة بصراحة عن الواقعية لكن هناك مقترحات وحلول ترضى الطرفين فالشبكة ليس من المهم أن تكون غالية أو للفشخرة والفرجة لأن الأهم من ذلك الحب والتوافق.

- أما الملابس فهناك ملابس بسيطة وجميلة وقليلة التكاليف وفستان الزفاف لا يهم أن يكون غالى الثمن وبدلاً من ثمنه يؤجر فالفرح ليلة واحدة وبعدها يظل مركوناً فى الدولاب سنوات طويلة.

كونى نفسك

أ.د سهير عباس حلمى

عزيزتى الفتاة .. لا تحاولى تقليد غيرك من الفتيات وتنظرين إلى ملابسهن وشققهن فكل فرد يتعامل حسب إمكانياته ولا تتمسكى بشقة كبيرة وأثاث فاخر ففى الخارج نجد العروسين يعيشان فى شقة مكونة من "حجرة ونصف" فى بداية الزواج، الحجرة للاستقبال فى بداية الزواج عبارة عن كنبة ستوديو تتحول إلى سرير للنوم فى المساء ودورة مياة صغيرة ومطبخ والمساحة كلها لا تزيد عن ٥٤ متراً وبعد إنجاب الأطفال يبحثون عن شقة أكبر

ولابد أن نراعى عند اختيار الأثاث أن يكون بسيطًا وغير مغالى فيه وبدلاً من القطع الضخمة التى لم تعد تناسب المرأة العاملة نجد منضدة خفيفة وكراسى متنية يمكن حلها.

عزيزتى الفتاة

ابتعدى عن المظهر الكذاب ... الفندق استبدليه بقاعة معقولة للأهل والأصدقاء .. الأغانى والمطربين شيء لم يعد لائقاً .. المأكولات والمشروبات لا لزوم لها وفرى المال لتبدأى حياة مستقرة بعيداً عن الديون.

للكبار كلمة

ارفعوا أيديكم عن الصغار، دعوهم يعيشون حياتهم بعيداً عن أوامركم ومظاهركم وكل من يحمل قربة مخرومة فهى تخر على ظهره، ابتعدوا عن الأوامر والتى لن يكون خلفها إلا العقد والأمراض النفسية.

الزار وعالم الطب النفسى

الطب النفسى تقدم فى السنوات الأخيرة، تعددت العقاقير النفسية وتنوعت بالإضافة إلى إمكانية التشخيص لبعض هذه الأمراض وبالتالى علاجها وشفاءها، بالأمس كان العلاج يكاد يكون ميؤساً منه فى مجال الأمراض النفسية حتى الخمسينيات وكثيراً من المرضى يودعون السرايا الصفراء.

وكان مريض الأمراض النفسية يهمل بشكل بشع من كافة أفراد المجتمع حتى الأطباء المعالجين وكوديات الزار وصانعى الأحجبة وغيرهم ممن يتاجرون بالمرض النفسى وكان العلاج فى المستشفيات العقلية مجرد

صدمات كهربائية وغيبوبة الأنسولين والمنومات ولا شيء غير ذلك ولم تكن المراكز المؤهلة للعلاج تتجاوز اثنين أو ثلاثة فى مصر كلها أما اليوم فتوجد عدة مستشفيات رئيسية منها مستشفى العباسية ومستشفى الخانكة ومستشفى منشية البكرى ومستشفى حلوان ومستشفى المعمورة وطنطا وأسيوط بالإضافة إلى هذا يوجد أكثر من ثلاثين مركز علاجى موزعاً فى أنحاء الجمهورية فى المحافظات المختلفة ويدير هذه المراكز والمستشفيات أخصائيون على مستوى جيد، كما يوجد بالإضافة إلى هذا أكثر من ثلاثين مركزا للعلاجات على مستوى العيادة الخارجية وكلها مراكز حكومية سواء كانت تابعة لوزارة الصحة أو الجامعات أو القوات المسلحة بالإضافة إلى عدد ضخم من العيادات الخاصة والمستشفيات الخاصة وقد تقدم العلاج النفسى سواء كان فردياً أو جماعياً بالإضافة إلى مشروعات إعادة التأهيل والرعاية الاجتماعية للمرضى النفسيين بشكل منتظم فى المراكز الطبية المهنية.

كما انتشرت وحدات العلاج النفسية داخل وحدات العلاج المدرسية للطلاب والطالبات فى المدارس والجامعات، وارتفع عدد الأطباء النفسيين فى مصر إلى حوالى ثلاثمائة طبيب.

شعرى والحالة النفسية

د. محمد هانى البكرى.. أستاذ الأمراض الجلدية

هل الحالة النفسية تؤثر على جمال الشعر وغزارته سؤال سألناه للدكتور محمد هانى البكرى فقال يعتبر الشعر من أهم الأجزاء التى تحرص المرأة والرجل على جمالها والعناية بها

وبالتالى فإن العلاقة بين جمال الشعر والحالة النفسية للمرأة أو الرجل تعتبر من العلاقات الوثيقة هناك دائماً علاقة تبادلية بين الشعر والحالة النفسية فعندما تسوء الحالة النفسية يتأثر الشعر بها كثيراً وبالعكس تتأثر الحالة النفسية جداً بأى مرض ولو بسيط فى جمال الشعر ولذلك يمكن أن نخلص إلى :-

يمكن أن يتأثر الشعر بالحالة النفسية مباشرة إذا ما أصيب بأمراض يكون لها علاقة بالحالة النفسية ومن هذه الأمراض مرض الثعلبة وهذا المرض يبدأ بسقوط مفاجئ للشعر فى أى منطقة فى الجسم وخاصة فروة الرأس نتيجة لأسباب كثيرة منها الصدمات النفسية المفاجئة والصدمات العاطفية وفى هذا المجال يمكن أن يسقط الشعر فى مكان صغير من الرأس أو الذقن فى الرجال ويمكن أن يمتد هذا السقوط إلى أن يسقط جميع شعر الرأس وأحياناً جميع شعر الجسم ولعلاج هذه الحالة لابد أن ندرس الحالة النفسية للمريض جيداً ويكون لها دخل فى العلاج مع الخطوط الأخرى للعلاج التى يحددها أخصائى الأمراض الجلدية.

ومن الحالات النفسية والعصبية المنتشرة ظهور لزمة معينة أو ما يسمى "التك" وهى تأخذ أشكالاً مختلفة منها أن يتعود المريض على شد الشعر فى أماكن معينة وغالباً ما تكون الجزء الأمامى الجانبى من

الرأس أو الحاجب أو الشارب فى الرجال وينتج عن هذا سقوط الشعر فى هذه المنطقة ولا يمكن علاجه بأى حال من الأحوال إلا إذا عولجت الحالة النفسية وتخلى المريض عن هذه الأزمة لدرجة أننا فى بعض الأحوال نلجأ إلى وضع يد المريض فى الجبس لمدة معينة فى التخلص من هذه الأزمة وأحياناً ما يصاحب الأمراض النفسية مثل انفصام الشخصية ظهور الشعر فى أماكنه الطبيعية وبطريقة غير طبيعية مما يؤثر فى المظهر العام للمريض وهناك من الأمراض النفسية مثل مرض الوسواس الذى يكون فيها المريض مهتماً بنفسه أو بأماكن معينة فى جسمه بطريقة غير طبيعية ومنها أن يهتم المريض بشعره فيكثر من استعمال الزيوت وكريمات الشعر وأشياء أخرى ويكثر من عمل المساج لفروة الرأس وهذا من الأسباب التى تؤدى إلى تقصيف الشعر وسقوطه فى بعض الأماكن.

وأحياناً تهتم المرأة بجمالها بطريقة غير طبيعية وتكون فى هذه الحالة فى حالة نفسية سيئة ويخيل إليها أنها قبيحة المنظر أو أنها لا تعجب زوجها وبالتالى تكثر من استخدام أدوات التجميل وتذهب إلى الكوافير وتضع الصبغات وهذا من أسباب سقوط الشعر وتقصيفه ويحدث هذا بالنسبة للمرأة المتقلبة المزاج، ويمكن أيضاً أن يحدث فى مرض من الأمراض العقلية والنفسية سقوط عام فى الشعر وخاصة شعر الرأس ويمكن أن يحدث فى هؤلاء المرضى أنهم يكثرون من الشد فى الشعر وبالتالى يساعدون على سقوطه.

الأمراض النفسية ... والمسالك البولية

ولأن الأمراض العضوية دائماً ما تصاحبها الأمراض النفسية كذلك الأمراض النفسية قد تصاحبها أمراض عضوية كقرحة الإثنا عشر بعد أزمات نفسية شديدة وهناك أعراض فى المسالك البولية ليس لها سبب عضوى وبعد أن يذهب المريض إلى العديد من الأطباء ويجرى كافة الفحوص لا نجد أمام الطب إلا الحالة النفسية.

- ما هى الأعراض فى المسالك البولية التى تسببها الحالة النفسية؟

زيادة إفراز كمية البول ويجب التأكد أولاً من خلو المريض من السكر والسكر الكاذب والتهاب الكليتين لأن كل هذه الأمراض تعطى زيادة فى إفراز البول وتكون هدف الحالة القائمة على سبب نفسى فى الحالات الهستيرية فى البالغين الصغار وتعالج بالمهدئات النفسية وإزالة السبب.

نقص إفراز كمية البول

وتحدث أيضاً فى الحالات الهستيرية خصوصاً فى الأوساط الأرستقراطية، وقد ذكر أحد الأخصائيين حالة فتاة أصيبت بعدم إفراز البول لمدة ثلاثة أيام لأن والديها أرادا تزويجها بشخص لا تحبه وحين زالت الأسباب عادت تفرز البول كعادتها.

الألم الكلوى

وتشخص هذه الحالة بعد إجراء كافة الفحوص بما فيها الأشعات كذلك يجب التأكد أنها ليست حالة سيمباتوتونيا وذلك بفحص الأزرين وبعد ذلك تحول الحالة إلى أخصائى أمراض نفسية.

زيادة عدد مرات التبول

وتلعب الحالة النفسية دوراً كبيراً فى هذا الموضوع وقد وجد أنه بالمهدئات النفسية والتركيز فى العمل وإزالة المسببات تهدأ المثانة البولية وقد تصل الحالة من غير علاج إلى ما أطلق عليه سير باجت "بالمثانة المتلعثمة" أى التى تتردد كثيراً فى إخراج البول.

الاحتباس البولى

وهى من الحالات الى تقابل كل أخصائى فى المسالك البولية من حين لآخر وهى غالباً ما تكثر فى الحالات الهستيرية وجدير بالذكر أن كلمة هستيريا جاءت من كلمة "هستر" اللاتينية بمعنى رحم وهستريا تعنى المرض الذى يصيبه ذوى الأرحام وإن كان يصيب الرجال أيضاً ولكن بنسبة أقل.

التبول اللاإرادى (الليلى)

التبول اللاإرادى من أكثر الحالات شيوعاً و ٨٠٪ من هذه الحالات بسبب نفسى ويجب البحث عن أى سبب عضوى لعلاجه قبل اعتبار الحالة حالة نفسية ويحذر الآباء من ضرب أطفالهم فلن يزداد الأمر إلا تعقيداً أو سوءاً ولقد كان ناظر مدرسة إيتون وهادر الإنجليزية يفخر بأن الأوائل عنده يعانون من التبول الليلى اللاإرادى وهذه الحالة يسهل علاجها بالحب والعقاقير.

العنة الجنسية

وهى غالباً ما تكون نفسية فى أعماقها ولكن يجب التأكد من خلو

المريض من الزهرى العصبى نقص الهرمونات - السكر إصابات الجهاز التناسلى فإذا تأكدنا من خلو المريض من هذه الأمراض العضوية وجب البحث عن مرحلة العنة الجنسية وهل هى عدم الرغبة فى الجنس ثم علاج الحالة تبعاً لمرحلتها.

الاكتئاب النفسى

ويكون ٤٠٪ من حالات المسالك البولية ويكثر فى التهاب البروستاتا المزمن والتهاب المثانة المزمنة.

القلق النفسى

وتكثر فى حالات قرحة المثانة وسرطان المثانة وقد تصل الحالة سوءا أو تصل إلى حد التفكير فى الانتحار.

القلق النفسى الاكتئابى وتصنيفه

وهى نوبات من القلق تنتاب المريض ثم تعقبها نوبات من الاكتئاب وهذه الحالة قد تظهر فى سقوط الكلية ولا يحتاج الأمر إلا لجراحة لتعليق الكلية فى مكانها الطبيعى.

البلوغ والنفسية

ما هى التغيرات التى تطرأ على الجسم فى سن البلوغ؟ هى تغيرات طبيعية كالولادة والحمل وظهور الأسنان وهذا التغير لا يمكن تفاديه والبلوغ مكسب وليس خسارة أو مرض هذا المكسب يجب استثماره بعقل وحكمة وهذا لن يتأتى إلا بالزواج والاستقرار فالحياة النفسية للرجل والمرأة لا تستقر إلا بعشرة جميلة وحب عميق وهذا الزواج يثمر

الأبناء وتسير دفة الحياة إلى شاطئ الأمان ولكن هناك بعض النساء اللاتى يصفن أنفسهن بالمتحررات تتخذن أجسادهن بضاعة رخيصة لمن يدفع مقابل الجنس .. هذه الطبقة دائماً تعانى الاضطرابات النفسية وخاصة بعد ضياع الشباب واندثار أبعدية الجمال وقد قرأنا كثيراً عن حالات نفسية أدت إلى الانتحار مثل كليوباترا التى شعرت بأنها لم تعد مرغوبة كأنثى من الرجل فشعرت بالإهانة الشديدة وظلت مؤرقة ليالى طويلة وهى تبحث عن وسيلة تتخلص بها من حياتها فلم تجد أمامها إلا الانتحار بالثعبان أو الحية التى لفتها على رقبتها لتلدغها بالسم وترحل فى الحال كذلك العديد من نجمات السنيما العالمية حين شعرن بأن جمالهن وأنوثتهن قد زالت بغير رجعة وانتهت كل واحدة منهن فى مصحة للأمراض النفسية والعصبية وأنا شخصياً تقابلت مع عدة شخصيات نسائية كن فى يوم من الأيام بطلات فى العديد من الأفلام لكن بمجرد أن تسمع أحاديثهن التليفزيونية على الفضاء حتى تشعر بالمهانة الشديدة وهن يتحدثن بنوع من الجنون والهلوسة وسرد أحداث مخجلة لدرجة أنك تكتشف

فوراً أنهن مغيبات وبمعنى أصح لاسعات بمعنى أن كهرباء المخ لديهن زايدة حبتين بل عشر حبات.

الإنجاب والجنس

هناك تيار قوى نحو فصل الإنجاب عن الجنس باستعمال وسائل منع الحمل وهذا التيار له أبلغ الأثر على الشباب المراهق ويحول دون الزواج الذى هو التهيئة الطبيعية لحياة سليمة آمنة مستمرة فإذا لم تتم العلاقات الجنسية فى إطار آمن من الزواج فإن ذلك يتبعه ضرر اجتماعى فى كافة أوجه الحياة السياسية والاقتصادية ويجب أن تعلم أن أدنى سن للزواج المبكر فى العالم حالياً فى أمريكا لأن الأثر المادى المعنوى نتيجة للزواج المبكر وإثراء العالم مادياً وعقلياً هو ناتج لشيء واحد استغلال قوة البلوغ الهائلة جدا استثماراً حقيقياً سليماً بالزواج المبكر هذا الاستغلال ينعكس بعد ذلك على العلم والتكنولوچيا والتجارة والدبلوسية والشخصية الفردية المميزة وعدم استغلال هذه الطاقة التى تغدقها الطبيعة وطاقة البترول يؤدى إلى ظهور الحنقة والانحرافات والتخلف والشعوب المنقرضة إن مرحلة البلوغ ممكن استثمارها لصالح الفرد والجماعة والإنسانية كطاقة من الطبيعة أبعد تأثيراً من كل أنواع الطاقات الأخرى مادياً ومعنوياً وتاريخياً وعقائدياً.

حبوب منع الحمل والجنس الثالث

أكثر الحبوب انتشاراً فى الوقت الحالى طبعاً هى حبوب منع الحمل ومن الخطأ النظر إليها على أنها مجرد حبوب تمنع الحمل فقط إنها تؤثر

على نفسية المرأة ومن ثم الرجل فى الناحية الجنسية وفى الحياة اليومية وعلى مؤسسة الزواج والأسرة وهذا الموضوع يستحق بحثاً مستقلاً إنما أكتفى الآن بذكر هذا العامل حبوب منع الحمل بعد انتشارها فى العوامل النفسية التى يجب أخذها فى الاعتبار فهى بالتأكيد أكثر انتشاراً من الخمر والمكيفات والمخدرات.

الشيزوفرينيا الجزئية

العالم يعانى من الشيزوفرينيا الجزئية التى لم تصل إلى الدرجة التى يعامل صاحبها كمريض نفسى أنهم موجودون بيننا فى كل وظيفة ومهنة ومركز إلى أعلى المستويات دون حاجة إلى أى علاج ويعتبرون طبيعيين ولكن العين الطبية المدققة تستطيع أن تلتقطهم من خلف المكتب الفخم أو المركز المرموق أو المظهر الأنيق أو اللسان الفصيح وفى الغالب يكون هناك فى الأسرة شخص مصاب صراحة بالشيزوفرينيا أو مدمن خمر أو غيره من المكيفات أو عنده صرع هؤلاء الأشخاص هذه هى صورتهم.

بعض الحياء - تحفظ وعدم التبسط وربما فرض هيبته على من

حوله أو عدم التفريط فيها .. نظرة قاسية .. عنده نوع من الإدمان إن لم يكن كحول تكون سجائر أو قهوة أو شيء من هذا القبيل ولكن مفتاح التشخيص أنه يرفض اللمس يرفض أن تلمسه سواء كان هذا اللمس لمساً عضوياً باليد أو لمساً نفسياً بالاقتراب الكلامي أو التعبيرى رفض اللمس يعرفه الأطباء بوضوح يرفض تماماً اللمس.

شكوى رومانسية

سيدة جاءت للطبيب تشكو من عدة أعراض متنوعة دون أن يكون فى جسمها علامة واحدة لمرض يظهر مع هذه الشكوى وبعد الفحص تبين أنها تعيش قصة حب فاشلة من طرف واحد من ناحيتها هى وأن الحبيب لا يشعر بها ولكنه جار لها فى نفس السكن واعتقدت أنها بمرضها سوف تلفت نظره لكن بلا جدوى... والحل كان فى المواجهة بأن المريضة سليمة وأن ما تعانيه أعراض نفسية لا أكثر ولا أقل .

الحالة النفسية للعانس

المرأة التى لم تتزوج إطلاقاً تتأقلم مع المجتمع من حولها أكثر كثيراً من الرجل الذى لم يتزوج وإذا قسمنا الناس إلى أربع فئات: ذكور وإناث متزوجين وغير متزوجين، نجد أن الرجال المتزوجين هم أكثر الناس استفادة من الزواج

بتحصيل أكبر قدر من السعادة أو بالأدق أقل قدر من اللاسعادة ولأنهم يظهرون أقل قدر من القلق والانحطاط المعنوى وعلى العموم النساء يعانين من نظرة المجتمع الشرقى الذى يلتزم بالعادات والتقاليد ويخاف من العانس... وغالباً ما يطلق لفظ «العازبة» على المرأة التى مات زوجها.

والمرأة الأرملة تخاف من الحرية خوفاً من كلام الناس فتتكون لديها عقدة من الكبت ولأن الرجال عندهم الحرية أكثر فى مسائل الحب والزواج نتوقع أن الرجل الذى لا يتزوج غالباً يعانى من بعض الاضطرابات النفسية التى منعته من التعرض لمواضيع الزواج والتصدى لها كاختيار الزوجة وإنشاء بيت وإنشاء علاقات مع أسرة جديدة بالانتماء للزواج وهؤلاء الرجال العزاب يخافون من شيء ما حدث لهم فى طفولتهم وحينما يصلون إلى الشيخوخة يكون المجتمع قد فرض عليهم الوحدة والعزلة.

صورونى دون أن أدرى

بعض الأمراض النفسية يتم أحيانا تصويرها بالڤيديو للشخص الذى يعانى الحالة النفسية على شرط دون أن يحس المريض بهذا التصوير ثم يعرض عليه وهذا الأسلوب هو من أحدث وسائل العلاج النفسى لأن المريض سيرى نفسه كيف يبدو فى المرض كما يراه الناس فيرى تقاطيع، وجهه التى تعبر عن الاكتئاب أو الانبهار أو اللامبالاة ويرى حركاته فى المشى والكلام التى تفشى سره. وكثيرا ما يغضب المريض ويتحكم فى ما يبدو منه من انفعالات وهذا من خلال جلسات العلاج التى يتعود فيها على تغيير سلوكه لأول اطلاعه على نفسه ولكنه سرعان ما يتعلم متى وكيف يؤقلم نفسه مع الناس.

عصبية جداً ... لماذا؟

أولاً ما معنى كلمة عصبى... إننا نسمعها يومياً تتردد بين أناس كثيرين ومنهم من يقول فلان عصبى جداً، ويكون المقصود طبعاً أن فلان هذا سريع الغضب، وما يتبع ذلك من تصرفات وأفعال عنيفة، هذا يصير طالعاً مميزاً لأخلاق "فلان" هذا ويقابله الناس بحذر خوفاً من هذا التصرف "العصبى" ولكن هل كلمة عصبى تعنى هذا بالطبع لا فالأمراض العصبية براء من هذا تماماً.

والمقصود بالمرض العصبى فى المجتمع البسيط.. المرض النفسى والجهاز العصبى يشمل المخ والنخاع الشوكى وإصابة أى جزء فى هذه الأعضاء العصبية إصابته عضوية بسبب الأمراض العصبية بالمعنى الطبى المعروف مثلاً إصابة أجزاء فى المخ أو النخاع الشوكى مما يؤدى للشلل الجزئى أو النصفى أو الكلى .. كما أن الإصابة قد توثر على وظائف مختلفة فى الجسم تخضع لإشراف وتحكم الجهاز العصبى مثل التبول والتبرز والقدرة الجنسية والإحساس السطحى والإحساس بالحركة والتوازن والأمراض الناتجة عن هذه الإصابات هى ما يسمى فى الطب (بالمرض العصبى) أما الكلمة الدارجة بأن فلان عصبى أو عنده مرض عصبى فهى تعنى غالباً "الأمراض النفسية". فالأمراض النفسية هى الأمراض التى تصيب الأشخاص فى التصرفات والتفكير والعلاقة بالناس والعلاقة بالجسم نفسه والعقل والغرائز.

أنواع الأمراض النفسية

معظم الأمراض النفسية يكاد يكون مقسماً إلى أربعة أو خمسة أقسام معروفة فى الطب النفسى وهى أنواع مقسمة تقسيماً أساسه الأعراض والتصرفات لا الإصابة بعضو محدد فى الجهاز العصبى . . . مثال ذلك الشيزوفرينيا والانفصام النفسى والاكتئاب النفسي والتهيج العصبى والهستيريا . . . . . . إلخ . ورغم أن هذه الأمراض غالباً ليست ناتجة عن إصابة مكان محدد فى المخ أو الأعصاب إلا أن الطب الحديث أثبت أن هذه الأمراض له أساس فى التغيرات العضوية أو الوظائفية المصحوبة ببعض التغيرات الكيمائية .

حوار مع

الدكتور فتحى البطوطى « أبو العلاج الطبيعى »

س : تخصصكم هو "الروماتيزم والتأهيل والطب الطبيعى" . . . فهل لاسم هذا التخصص دلالة؟

جـ : فى الحقيقة منطوق التخصص ينقسم إلى شقين الأول هو الطب الطبيعى وهو علاج يعتمد على استخدام وسائل علم الطبيعة بدلاً من علوم الكيمياء والأدوية، ومن أمثلة ذلك الوسائل : الحرارة – البرودة – الموجات الكهرومغناطيسية – الكهرباء الطبية – الليزر – الموجات المغناطيسية والأشعة فوق البنفسجية – الأشعة تحت الحمراء – موجات الميكروويف – الموجات فوق الصوتية . . . إلخ، وكافة وسائل تقييم الجهاز الحركى للإنسان من قياسات حيوية

ورسم سرعة التوصيل بالأعصاب ورسم العضلات بالكمبيوتر، وهو يختلف عن الطب البديل الذى يعتمد على الأعشاب وخلافه ... وهناك درجة ما من درجات الترابط بينهما.

أما التأهيل الطبى فهو التخصص الذى يعنى باستكمال العلاج الذى يساعد المرضى إيجابياً بجميع أنواع المرض أو بعد كافة العمليات الجراحية بدلاً من فترة النقاهة والتى يترك المريض بها للاستشفاء السلبى مما قد يؤدى إلى قصور فى قدراته البدنية والنفسية والوظيفية والمهنية والاجتماعية بما قد يخل بدوره فى إنتاجية المجتمع الذى يعيش فيه والأسرة التى ينتمى لها.

س: هذا يعنى أن فترة النقاهة يمكن التعامل فيها مع المريض بشكل أكثر تخصصاً من الناحية العلاجية الطبية وغير الطبية؟

جـ: نعم... فمفهوم فترة النقاهة بعد العمليات الجراحية قد تحول الآن من النقاهة السلبية إلى مرحلة ايجابيات عالية تسمى بالتأهيل الطبى.

س: وهل فترة التأهيل الطبى تلك مرتبطة ببرامج محددة أو بطقوس معينة؟

جـ: بالتأكيد .. يوجد برنامج محكم للتأهيل الطبى لأى مريض يوضع بواسطة طاقم من المتخصصين يعرف باسم "فريق التأهيل الطبى" برئاسة الطبيب المتخصص فى التأهيل الطبى ... فالمريض ليس جسداً فقط وإنما حالة نفسية واجتماعية وحياتية .... إلخ، والتأهيل الطبى يراعى كل تلك الجوانب فى المريض، وفريق التأهيل الطبى هذا عبارة عن: أولاً أخصائى العلاج الطبيعى وهو الذى ينفذ برنامج العلاج الموضوع من أخصائى الطب الطبيعى وهو العضو الثانى فى فريق التأهيل الطبى، أما

العضو الثالث فهو الأخصائى النفسى وهو مهم جداً للمريض بعد إجراء العملية الجراحية، العضو الرابع هو الأخصائى الاجتماعى ويدرس حالة المريض من الناحية الاجتماعية ويدفع بكافة السبل فى طريق نجاح برنامج العلاج من الناحية الاجتماعية، العضو الخامس هو أخصائى العلاج بالعمل وللأسف لا يوجد فى مصر حتى الآن متخصص بارع فى العلاج بالعمل، والعلاج بالعمل هو أن يتم إدخال المريض فى حالة إنتاجية تساعده على سرعة العلاج مستخدمين أدوات المريض الخاصة به فى العلاج ويتم التمرين عليها فى معامل خاصة أثناء فترة البرنامج العلاجى، أما العضو السادس والأخير هو أخصائى التأهيل المهنى، فمن المعروف أن كل إصابة ينتج عنها قصور فى الوظيفة المهنية، فيقوم أخصائى التأهيل المهنى بقياسات حيوية مصمماً البيئة الحياتية للمريض ويدرس مدى تفاعل المريض معها بعد الجراحة، ولكن يجب أن يكون له دراية عالية بتشريح الجسم وأبعاده وكذا علوم الجلود البشرية والأجهزة التعويضية.

س: مرض الروماتيزم من الأمراض المنتشرة فى الوطن العربى.. هل يمكن علاجه من خلال برامج العلاج التأهيلى الطبيعى؟

جـ: يوجد فى الوطن العربى أكثر من ٣٠٠ نوع من أنواع الروماتيزم ويحتاج التشخيص إلى فراسة مهنية عالية لا تتوفر لكثيرين، ووجد أنه لا يمكن علاج الروماتيزم بدون علاج طبيعى تأهيلى، وذلك من خلال منظومة متكاملة من العلاج، وكذلك مرض الروماتيد المفصلى ومرض خشونة المفاصل وآلام الظهر والركبتين والفقرات العنقية والرقبة والكتفين آلام الأماكن الحيوية فى الجسم البشرى.. كل تلك الأمراض يمكن

التعامل معها بالتأهيل الطبى الطبيعى .. إذ يوجد فى مصر أكثر من ١٦٠ نوع من الروماتيزم.

س: وهل يحتاج هذا التشخيص الدقيق إلى أجهزة من نوع خاص أم يعتمد الطبيب على ميراثه العلمى وخبرته وكفاءته فقط؟

جـ: ليس هناك ما يمكن أن يعادل كفاءة أى طبيب معالج، فهى الأهم والفيصل فى علاج الأمراض الروماتيزمية ... لكن ثورة التكنولوچيا الحديثة قد قدمت للمجال أجهزة متطورة جداً كجهاز رسم العضلات بالكمبيوتر، وهذا الجهاز بمثابة طفرة فى علوم التشخيص للأمراض الروماتيزمية، وقد تدربت على هذا الجهاز فى قسم وظائف الأعضاء والأعصاب بمستشفى چينتوفتا بالدنمارك ومركز سيكوهوست إكيرسيس بالنرويج، وفى هذا المركز الأخير تدربت أيضاً على الإلكترونيات الحديثة فى علاج وظائف الأعضاء والأعصاب والإبر الصينية بالليزر.

س: فى إطار الاستراتيچية الطبية التى تتبعها جامعة المنصورة بحكم أن المنصورة هى عاصمة الطب فى مصر ... هل وجد تخصص الروماتيزم والتأهيل والطب الطبيعى اهتماماً من المسئولين عن إدارة تلك الاستراتيچية؟

جـ: بالفعل نجحت جامعة المنصورة فى تحقيق استراتيچية طبية متكاملة بدأت بإنشاء المراكز الطبية المتخصصة وتجهيزها بأحدث الأجهزة والمستلزمات الطبية الفائقة الدقة والجودة، واختيار أفضل العناصر والكوادر الطبية المتميزة للارتقاء بمستوى البحث العلمى، فضلاً عن إنشاء كلية للتمريض لإعداد وتخريج هيئة تمريض على أعلى مستوى من الكفاءة والخبرة وهو ما يؤكد فضل الجامعة ودورها فى اختيار المنصورة عاصمة مصر الطبية.

س: أنت صاحب فكرة إنشاء مركز عالمى متكامل للاستشفاء والتأهيل الطبى بمدينة جمصة السياحية (بجوار مدينة المنصورة)... ما هى أهداف هذا المشروع المقترح؟

جـ:من المعلوم أن الحياة العصرية أثرت على صحة الإنسان بطريقة زادت معها الأمراض النفسية وأمراض الشيخوخة وإصابات وأمراض الجهاز الحركى والتى منها بالطبع الأمراض الروماتيزمية، مما زادت الحاجة إلى وجود مراكز طبية متخصصة ومتطورة فى مجال التأهيل النفسانى والجسمانى اللازمين لهذه النوعية من الأمراض، أما عن أهداف هذا المشروع فهي عديدة **أهمها**: تقديم الخدمات الصحية المتميزة والعلاجية التخصصية من خلال عيادات خارجية مزودة بالإمكانيات الطبية الحديثة المتطورة فى مجالات الروماتيزم والتأهيل والطب الطبيعى وطب المسنين والطب النفسى، **ثانياً**: توفير المكان المناسب والمتميز لمن تتطلب حالتهم المرضية دخول المركز لفترة زمنية للعلاج السريرى، وهو أمر دفعنى للتفكير فى مصيف جمصة السياحى الذى يبعد عن العاصمة

"المنصورة" حوالى ٢٠ دقيقة بالسيارة، **ثالثاً** : جلب مزيد من السياحة العلاجية وخاصة العربية منها حيث يقع المركز على الطريق الساحلى مما يساعد على زيادة الاستثمار فى هذا النوع من السياحة والذى يساعد بدوره فى دفع عجلة التنمية فى مدينة المنصورة، **رابعاً** : تدريب الكوادر الطبية من أطباء وممرضات وأخصائى علاج طبيعى... وغيرهم، **خامساً** : إجراء أبحاث تختص بخدمة البيئة فى مجال التخصيص، **سادساً** : إيجاد خريطة صحية لأمراض الروماتيزم والمسنين والأمراض النفسية فى المنطقة.

احذرى الإجهاد الذهنى والنفسى

هل تؤثر العوامل النفسية على أمراض الروماتيزم فى المجتمعات الحديثة؟ تكون الأمراض النفسية هى أكثر الأمراض انتشاراً تليها مباشرة الأمراض الروماتيزمية التى يهمل علاجها إلى أمراض نفسية ولكن مما لا شك فيه أن العوامل النفسية وثيقة الصلة بمعظم الأمراض الروماتيزمية أهم الأمثلة :-

أولاً : مرض الروماتويد

مرض يسبب ألماً وتورماً بمفاصل أصابع اليدين والرسغين والقدمين والألم يكون ليلاً وفى الركبتين والكوعين والكتفين صبحاً ويشيد بصعوبة فى تحريك المفاصل واتضح أن أغلب المعرضين للإصابة بهذا المرض لهم شخصية نفسية مميزة وهى أنهم عادة أناس يجيدون كبت عواطفهم وفى طفولتهم يتميزون بالخجل وبفضلون البقاء بالمنزل وفى شبابهم يكون لديهم ضمائر حية ويتفانون فى أعمالهم ونظام غاية فى

الدقة وحرص على الروتين والتفانى فى أداء الواجب.

واتضح أيضاً أنه فى نصف حالات الروماتويد تكون بدء الإصابة مقرونة بمتاعب مالية أو بطالة أو فقد عزيز أو خيانة أحد الزوجين أو عدم انسجام المرأة مع زوجها، والمعروف أن لهذا المرض نكسات وأن السبب فى معظم هذه النكسات هو الإجهاد الذهنى أو النفسى أو البدنى كما أنه وجد أن واحدا من كل ثلاثة مصابين بهذا المرض يعانون من القلق النفسى والاكتئاب وأن علاج الحالة النفسية له نفس أهمية علاج المرض حتى يتم الشفاء المتكامل وهنا يلعب الطبيب دوره الفعال ومنها الجانب النفسى وبثقة المريض فى قدرته وحبه له يساعد على الشفاء العاجل للمريض.

ثانياً: الروماتيزم النفسى

يصيب واحد من كل أربعة مرضى يعانون من الأمراض الروماتيزمية وعادة الشبان والمصاب يكون ذا شخصية قلقة أو مكتئبة هستيرية وعندما يتعرض لصدمة نفسية أو ضغط نفسى لا يتحمله ولا يكون قادراً على أن يخرج ما فى صدره كالموظف الذى يضطهده رئيسه فى العمل أو الزوجة التى تزوجت رغماً عنها فإن الرفض النفسى وعدم الرضاء والثورة المكبوتة تمنع المريض من الاسترخاء فتتوتر العضلات بصفة مستديمة ويشعر المريض بألم وتوتر وتصلب وصعوبة فى الحركات وأحياناً شعور بتورم فى العضلات أو المفاصل ويشغله هذا المرض الجسدى عما يثور بداخله وهنا يجب أن يتأكد الطبيب أولاً من خلو المريض من الأمراض العضوية وأن يجرى الفحص الدقيق والأبحاث اللازمة للتأكد من التشخيص والمريض عند استشارته للطبيب يكون متوتراً قلقاً فى حالة

تأهب وتربص ويتخذ موقفاً عدائياً وأحياناً يمسك بيد الطبيب كى لا يفحصه وإذا فحص الطبيب برفق فإنه يصرخ ولكن الطبيب المحنك يستطيع أن يشغله بحديثه، يلهيه ويفحصه دون صراخ أو احتجاج وأحياناً أخرى تبتسم المريضة ابتسامة الموناليزا الشهيرة بينما تهب فى شرح الآلام المبرحة التى تشعر بها، بعد الفحص لا يجد الطبيب أى أثر لمرض عضوى.

ثالثاً: روماتيزم الكتف والظهر

روماتيزم الكتف له أسباب عديدة بينها العوامل النفسية فالمرضى ذو الشخصية المتجمدة المتقلصة ينتهى بهم الأمر إلى آلام وصعوبة فى الحركة بأخذ الكتفين أو كليهما وإذا لم يتم العلاج الطبى الطبيعى والنفسى المناسب فقد ينتهى بهم الأمر إلى ما يسمى بالكتف المتجمد أما بالنسبة لألم أسفل الظهر إذا لم يكن السبب عضوياً فإننا نصادفه كثيراً فى المتمارضين أو لزيادة نسبة إصابة العمل أو فى الرجال الذين يعانون من الضعف الجنسى أحياناً وفى النساء الغير قادرات على الإنجاب.

صدرى بيؤلمنى .. ونفسيتى متأثرة جداً

اد. نسرين شلبى.. استاذ الأمراض الصدرية

من أهم الأمراض التى تؤثر فى نفسية المريض الأمراض الصدرية معظمها تقريباً لأنها تؤثر فى نفسية المريض مما يجعل الآخرون يهربون منهم فيبدأ المريض معاناة نفسية أشد وطأة من المرض العضوى نفسه.

أولاً.. الصدر.. لماذا؟

من المعروف أن الصدر يعتبر من أجهزة الجسم الإنسانى التى تتأثر تأثيراً مباشراً بالحالة النفسية وفى اعتقادى أن ذلك يتم فى حالتين الأولى تأثير الحالة النفسية على أمراض الصدر العضوية والثانية أمراض الصدر النفسية فمن الحالة الأولى يعانى المريض أصلاً من مرض صدرى عضوى مثل الدرن الرئوى أو سرطان الرئة أو خراج الرئة أو تمدد الشعب أو انتفاخ الرئة أو الالتهابات الرئوية وفى الحالة الثانية لا يوجد بالصدر أى مرض عضوى وتكون شكوى المريض معظمها إن لم يكن كلها عصبية ونفسية وهناك أيضاً الكثيرون ممن يعانون من ألم الصدر أو السعال العصبى أو النهجان وبخاصة فى بعض حالات الحساسية والربو الشعبى.

حالات... وساعات

هناك حالة من الالتهاب الرئوى وهذه الحالة غالباً لا تطول بحيث إنها لا تترك أثراً فى نفسية المريض إذ عادة يشفى المريض خلال أسبوعين على الأكثر إلا إذا حدثت مضاعفات إذن نلاحظ أن المريض الذى يتأثر نفسياً من هذا الموقف هو الشخص الذى يهتم بمسألة الوقت مثل رجل الأعمال أو رجل السياسة أو الفنان لأن هذا المرض يجعلهم يبصقون ويسعلون من هنا تبدأ حالتهم النفسية تتأثر ومنهم من يترك العلاج اعتقاداً أن ذلك يكفى لكن يعود المرض بشراسة أكبر مع تأثر نفسى أكثر.

♥ نصيحة ♥

يجب أن يستكين المريض ويقبل علاج الطبيب بروح سمحة ونفس طيبة والتركيز على تنفيذ تعليماته بدلاً من الانعكاسات لإهمال العلاج وكلمة أخيرة لابد أن تتقبل أمر الله بنفسية مستريحة.

بصاق صديدى

هؤلاء المرضى الذين يعانون من خراج الرئة وتمدد الشعب فالمشكلة أن الحالة تستغرق وقتاً طويلاً ولو أنه عادة لا يستريح راحة تامة فى الفراش كما فى حالة الالتهاب الرئوى ولكنه يستطيع مزاولة بعض أعماله المعتادة بلا إجهاد والمشكلة الحقيقية نفسياً بالنسبة لهؤلاء المرضى تكمن فى أنهم يفرزون كمية أكبر من البصاق الصديدى ذى الرائحة الكريهة مما يسبب ضيقاً لمن يخالطونهم وحرجاً بالغاً لأن رائحة النفس تكون غير مقبولة خاصة إذا كانت طبيعة العمل فى مكان مغلق أو تعتمد على عملية مقابلة الجمهور والتحدث إليهم والنصيحة لهؤلاء المرضى أخذ العلاج الكامل والراحة وإجراء العلاج الموضعى بصفة منتظمة لتفريغ الصدر من الصديد قبل الخروج من المنزل صباحاً وعلى فترات متقاربة أثناء اليوم كما تستخدم الأدوية الطاردة للبلغم، ومزيلات الرائحة سواء بالاستنشاق أو بالبخ بالرزاز وحبذا لو كان مكان العمل جيد التهوية.

النفسية ... والعملية الجراحية

من أكثر المشكلات النفسية التى تؤثر على المريض هى أن هؤلاء المرضى يحتاجون إلى جراحة كبرى لاستئصال جزء من الرئة وتصورهم أن هذه الجراحة خطيرة وتشكل تأثيراً مباشراً على الحياة، أو من الممكن أن تعوقهم عن الحياة الطبيعية بعد إجرائها وكل هذه التصورات غير صحيحة بالمرة فالعملية ميسرة وسهلة بمعرفة الجراح المختص وإجراؤها يعنى الشفاء التام والعودة للحياة الطبيعية.

التدخين

تقول الأستاذة الدكتورة /أمل فتحى : استاذ الأمراض الصدرية

إن مرض انتفاخ الرئة نتيجة النزلات الشعبية المزمنة أو أدوار الربو المتكررة فهؤلاء مشكلتهم الطبية تفرض نفسها على حالتهم العصبية والنفسية لأنهم يعانون من النهجان المستمر وضيق النفس لأقل جهد وأحياناً بدون جهد على الإطلاق وهو موقف لا يحسدون عليه ومعذورون فيه بالقطع وكان يجب التصدى له بالوقاية قبل العلاج

بتفادى حدوث حالة انتفاخ الرئة وحالة التهاب الشعب المزمنة وحالات الربو المتكررة وأعتقد أن العامل الأكبر فى هذا الصدد هو التدخين فلو أنهم لم يدخنوا أصلاً أو أقلعوا عن التدخين واستجابوا للنصيحة ولم يركبوا رءوسهم ويقامروا بصحتهم لما وصلوا للحالة التى نتحدث عنها لأنهم حرموا الهواء الذى هو أغلى شىء فى الوجود ولكن من الآن الق بسيجارتك فى سلة المهملات وإلى الأبد .

انهيار عصبى .. والسبب السيجارة

ماذا يفعل مريض سرطان الرئة هل يصبح إنساناً طبيعياً أم عصبيا وسريع الغضب ويغلب عليه طابع التشاؤم والنظرة السوداء للعالم من حوله وهو ينتظر الموت ساعة بساعة والآن وقد يتيقن المريض بأن التدخين هو السبب فى هذا المرض .. ماذا سيفعل حتى بعد أن أطفأ كل سجائره وللأبد ... وتقول الدكتورة : إن ٨٠٪ من حالات سرطان الرئة تقع بين المدخنين بإفراط وإدمان المهم أن تشخيص مثل هذا المرض يجب ألا يصل

للمريض نفسه وإلا حدث له انهيار نفسى تام لا يقل خطورة عن المرض الأصلى والنصيحة هى أخذ العلاج الكامل ولا داعى لإخباره بحقيقة مرضه كى لا يقاطع العلاج ويعلن اليأس وحين ييأس المريض من الشفاء فإنه بالتأكيد سوف ينهار ويموت فى أقرب وقت، لذلك كان لزاماً على أقارب المريض ممن يعتقد فيهم القدرة على تحمل المسئولية وإنقاذ الموقف وتقديره بالتشخيص على ألا يبلغوا المريض بحقيقة مرضه وذلك حتى يستطيعوا أن يشاركوا الطبيب فى تحمل المسئولية ولكن على هؤلاء أن تكون أعصابهم قوية ونفسيتهم سليمة بحيث لا يظهر عليهم ما يمكن أن يفضح الموقف كله ويحطم ما قام به الطبيب .

خان الخليلى

استطاع أديب نوبل الكبير نجيب محفوظ أن يصل بأدبه إلى طبقات المجتمع الدنيا والبسيطة ويناقش مشكلات تغلغلت فى قاع المجتمع مثل مرضى الدرن (السل) من خلال قصة حب جميلة ورومانسية بين أحد أبطال رواياته وحبيبته التى عشقها بكل ذرة فى من كيانه وحين قرر أن يرتبط بها اكتشف إصابته بالسل وبأنه يبصق دماً فى منديله، فاسودت الدنيا فى عينيه وقرر أن يبتعد عن حبيبته التى كانت بالنسبة له الحياة؛ لأنه لم يرد أن يزج بها فى مشكلات حياتية هى فى غنى عنها، وصلت رسالته بقوة واستشعر المجتمع الخطر من هذا المرض الذى أصبح يهدد حياتهم منذ أكثر من أربعين عاماً . . . لقد كان مجرد السعال الذى يصاب به الشخص كارثة نفسية خطيرة على المريض الذى تسوء حالته الصحية بسرعة غريبة فيضمر جسده ويصاب بالهزال . . . لقد كان هذا

المرض ينبئ صاحبه بأنه ألقى بنفسه إلى كارثة لن يخرج منها خاصة إن كان زوجاً وله زوجة فإن أول شيء يفعله هو أن يعتزل هذه الزوجة لأن المرض معد.

وتبقى كلمة أخيرة

إن مرض الدرن الرئوى يرتبط بنفسية المريض ومخالطيه والمجتمع الذى يعيش فيه فما زال الكثير من المرضى ومخالطوهم ينظرون إلى هذا المرض على أنه مرض مشين ووصمة فى جبين المصاب به حقيقى أن المرض معد، ولكن من الممكن جداً السيطرة عليه وما يحتاجه هذا المرض هو العلاج المنتظم والمستمر لمدة سنة ونصف وعندئذ يمكن أن نضمن انعدام نشاط الميكروب والمطلوب فى هذه الحالة هو المتابعة والاعتدال فى مختلف نواحى الحياة لذلك يدعو الأطباء فى كل دول العالم المتقدمة إلى التفاؤل والاستمرار فى العلاج عند الأخصائى وابتسم للحياة وحاول أن تتقى شر النكسات الصحية بتنفيذ أوامر الطبيب الأخصائى... وأولاً وأخيراً نفسيتك وثقتك بأن الشفاء قادم أهم الأشياء.

هل للهرش أسباب نفسية؟

يقول الدكتور/ محمد هانى البكرى

هى تهرش وبشكل غير عادى برغم أنها لا تشكو تعب الأعضاء ولا من مرض معين، لكنها لجأت إلى طبيب

الأمراض الجلدية لأنها تهرش، والإجابة تكون عندما نسأل... لماذا تهرش الأنثى؟ غالباً عندما تستمع إلى كلمة هرش أن المصاب به مصاب بمرض جلدى قد يكون جرب لكن دائماً الأنثى تشكو من الأرق ومن الهرش فى مناطق حساسة ويتحير العلم .. إنها أنثى نظيفة ملابسها نظيفة وجسدها نظيف قد تكون العدوى ولكن أيضاً لا توجد عدوى.

ما الحكاية ... إذن؟

الحكاية نفسية لأن التحاليل أثبتت أن الأنثى التى لا زالت فى العشرين لا تعانى من أية أمراض وبدلاً من أن تكون الفتاة سعيدة لأن التحاليل أثبتت سلامتها انفجرت باكية لأنها أحست بمزيد من الحيرة فى شأن الهرش الذى لا يوجد له سبب.

هنا يقول الدكتور البكرى:

بعد مزيد من الأسئلة التى توجهت بها للفتاة، اتضح لى أنها كانت تعيش قصة حب مع أحد الشباب، وحينما تقدم لخطبتها رفضته الأسرة لعدم استعداده المادى للزواج، وبعد فترة تقدم لها خطيب عائد من بلاد الخليج لم تشعر ناحيته بأى نوع من أنواع الود أو المشاعر، لكن أهلها وافقوا عليه لثرائه وبعد أن تمت خطبتها له وبدأ الاستعداد للزواج.. بدأت تشعر بالأرق وعدم النوم ولا تكاد تتوقف عن الهرش مما يحرجها أمام الناس نهاراً ويؤلمها ويؤرقها ليلاً... ومن هنا استطعت أن أتعرف على أسباب هرش الفتاة فهى لم تستطع أن تتحمل ضغوطها النفسية الرافضة لهذا الشخص؛ فتحول الرفض بداخلها إلى صورة هرش وأرق.. وصفت لها مهدئاً وطلبت مقابلة والدتها... وشرحت لها أسباب هرش

ابنتها فبكت ووعدتني أن تتصرف، ومن المفاجآت التي أسعدتني أن عادت الفتاة بعد أسبوع تخبرني أن أمها أقنعت الأسرة بفسخ خطبتها... وبعد انصراف الخطيب شعرت بالنوم لأول مرة وأخبرتني هل تستمر في أخذ المهدئ؟ فأشرت عليها بأن تمتنع لأن أسباب الأرق والهرش قد زالت.

- كيف نلحق بالدول المتقدمة في مجال الطب النفسي؟

- والحقيقة أن الأمراض النفسية ليست أقل انتشاراً من الأمراض العضوية، كما أن الشفاء منها يتطلب في الغالب علاجاً أشق وأطول ولا غرابة في ذلك؛ فالطبيب النفسي لا يستعين في تشخيص المرض إلا بمظهر المريض وتصرفاته وما يقال عن تاريخ حياته، والطبيب النفسي في بحثه عن المرض أشبه بمن يبحث عن إبرة في وسط كوم قش، أما غيره من الأطباء فلديهم المناظير والأشعة ومعامل التحليل ومختلف الأجهزة لقياس الحرارة وضغط الدم وضغط العين وما إلى ذلك من وسائل ولما كان علاج الأمراض النفسية في أغلب الأحيان بالغ الصعوبة شديد التعقيد فإن الأمر يقتضي أن يكون الطبيب دقيق الملاحظة قادراً على أن يفسر ما تقع عليه عينيه من ظواهر وتصرفات تفسيراً يقوم على أساس علمي سليم وقد لوحظ فيما يتصل بالهرش الناتج عن القلق النفسي كما يحدث لعروس على أعتاب الزفاف أو أنثى تنتظر الحمل بعد زواج دام سنوات أو خوف فتاة من حمل من علاقة غير مشروعة - ويلاحظ أن الهرش النفسي يستجيب للأقراص المهدئة ولكنه لا يستخدم في حالة الأمراض الجلدية ومما يجب توجيه النظر إليه أن الهرش قد يقترن بأعراض أخرى كالأرق والخوف والشعور بالتعب.

أعراض أخرى

وجدير بالذكر إلى جانب ذلك أن الهرش النفسى قد يشمل الجسم كله ولكن أكثر الأماكن تعرضاً له هى المناطق الحساسة فى الجنسين ويعزو علماء التحليل النفسى كثيراً من هذه الحالات إلى عدة عوامل منها اضطراب العواطف ذات الصلة بالجنس نتيجة لعدم توافق بين الزوجين بسبب البرود الجنسى لأحد الطرفين أو عدم إشباع رغبة الطرف الآخر وأحياناً يكون الهرش نوعاً من الشعور باللذة ولعل من المفيد فى النهاية أن نلفت النظر إلى أن الهرش ليس الفرض الوحيد المشترك بين الأمراض العضوية والأمراض النفسية فالأرق والإسهال والضعف الجنسى والاكتئاب والإحساس بالإرهاق ومحاولة الانتحار كلها أعراض مشتركة قد يكون سببها عضوياً أو نفسياً.

من هو الطبيب النفسي؟

يقول الدكتور أحمد عكاشة:

فى البداية كيف ينظر الناس إلى الطبيب النفسى؟ يرتبط الطبيب النفسى فى ذهن الناس بالجنون فمثلاً لو قلت لأحدهم: حالتك تحتاج إلى طبيب فينفجر غاضباً ليه هو أنا مجنون؟

وهذا الرد يوضح لنا فكرة خاطئة وسائدة عند عدد غير قليل خاصة من غير المتعلمين والمثقفين والسبب بالطبع هو عدم فهم هؤلاء الناس لطبيعة عمل الطبيب النفسى وحقيقة الأمراض النفسية وهذا الرد قد يكون راجعاً إلى فترة سابقة فقد كان كل من يزور الطبيب النفسى

ينتهى به المطاف إلى مستشفى الأمراض العقلية.

في هذه المرحلة كانت ملامح الأمراض النفسية غير محددة ،كان العلم لا يملك من وسائل العلاج غير احتجاز المرضى فى المستشفى الذين يحتاجون إلى هذا الإجراء الذين لا يجب أن يتعرضوا له أما الآن وبعد تقدم الطب النفسى وأصبحت الإقامة فى مستشفى الأمراض النفسية فرصة للحصول على العلاج المناسب بالانتظام المطلوب.

فالطبيب اليوم يرى بوضوح ملامح الحالة وينصح فى بعض الحالات بالدخول إلى المستشفى ويكون ذلك عندما يجد الطبيب أن العلاج فى المنزل مستحيل وهناك صورة أخرى تبدأ بجملة محددة من إنسان يشكو فيقول :- أنا تعبت عاوز أروح لدكتور نفساني! هنا قد يصرخ الشخص الذى يسمعه ويقول: لا... ابتعد عن العيادات النفسية إنك قد تدخلها سليماً وتخرج منها مريضاً هذا إذا خرجت، والواقع أنها صورة قديمة محفورة فى أذهان بعض الناس والسبب تجارب قاسية مرت على هؤلاء الناس وخرجوا بانطباع سيء عن الطب النفسى ومرة أخرى أقول: إن التطور الذى حدث فى مجال الطب النفسى أنهى الكثير من المآسى التى كانت تحدث فى الماضى فى عيادات بعض من يدعون اطلاعهم وتخصصهم فى الطب النفسى والآن... وقد وصل المريض إلى عيادة الطبيب أجد أنه من المفيد أن أسجل صورتين: صورة أول لقاء بين المريض والطبيب ثم صورة الطبيب كما يجب أن يكون ضحية للخوف من هذا الطبيب والشك فى قدرته.

ودائماً لا يقول المريض فى أول لقاء الحقيقة إنه يكذب... يتهرب من

الكلام وقد يكون السبب فى ذلك أنه لم يشعر حتى الآن بالاطمئنان الكافى الذى يجعله قادراً على التكلم فى أدق أسراره مع رجل غريب يلتقى به لأول مرة. ولكن بالتدريج ومع تكرار اللقاء تزداد الثقة بين الطبيب والمريض ويتكلم المريض بصراحة بل أنه يجد الراحة الكاملة فى كشف كل ما يشغله وسرد كل متاعبه على طبيبه الخاص.

ويبدأ العلاج وهنا قد تحدث المشاكل بين الطبيب ومريضه الطالب الشاب يجلس أمام الطبيب النفسى وبعد أن يدرس الطبيب الحالة جيداً يقول للطالب باستهزاء: من الأفضل أن تترك دراستك لأن كل من يكون مثلك لا يجب أن يتعلم بل يجب أن يقف فى محل لبيع السجائر ويخرج الطالب وهو يغلى إنها أكبر إهانة ويبدأ فى تحدى هذا الطبيب ويثبت للجميع أن متاعبه مؤقتة وأنه قادر على تحصيل العلم وأن هذا الطبيب لا يعرف شيئاً فى الحياة؛ إذا حدث ذلك يبتسم الطبيب وهو يسمع أن مريضه يسبه فى كل مكان.

معنى هذه الشتائم الموجهة إلى الطبيب هو نجاحه فى استفزاز الطالب الذى يبدأ مرحلة عمل ونجاح بعد فشل طويل.

إن العلاج الاستفزازى كما يقول العلم: وهو علاج مفيد فى بعض الحالات وإن كان ضحيته دائماً هو الطبيب لأنه عند نجاح العلاج يؤكد المريض عدم فهم الطبيب ويظل طوال عمره هذا الطبيب الذى وصمه بالفشل فى الوقت الذى بدأ فيه السير فى طريق النجاح ومن النادر هنا أن يفهم المريض أن الدفعة القوية لنجاحه كانت كلمات التأنيب التى قالها الطبيب! ولكن كل هذا لا يهم لأن المطلوب هو شفاء المريض حتى وإن كان ذلك على حساب الطبيب.

هل هو حب؟؟

كيف يكون إحساسك تجاه شخص يريد لك السعادة والراحة يحيطك بالاطمئنان ويقف بجانبك وأنت على وشك الانهيار.

إن الرابطة التى تجمع بين الطبيب النفسى ومريضه تكون دائماً وثيقة وقوية، إن المريض هنا يرى الطبيب النفسى كمثل أعلى وعلى الطبيب النفسى أن يوجه هذا المريض الذى يثق به إلى طريق الشفاء إن هذا الإحساس بالترابط يجب أن يكون بداية ثم تكون العلاقة بين الطبيب والمريض مجرد كوبرى يعبره المريض نحو الشفاء ولكن يحدث فى بعض الأحيان أن يتمسك المريض بهذه العلاقة ويتجمد عندها وهذا ليس غريباً أن تؤكد مريضة لنفسها أو حتى لغيرها أنها تحب الطبيب الذى يعالجها! هنا تكون المريضة ضحية حرمان عاطفى وعدم نضج وهكذا تسقط المريضة حرمانها على الطبيب الذى تجد فيه نموذجاً للرجل الذى يفرش لها طريق الحياة بالورود وهناك صورة أخرى لحالة غير طبيعية بعد أن يبدأ العلاج يعتمد المريض على طبيبه فى كل شىء أنه لا يتخذ أى قرار إلا بعد أن يسأل طبيبه هل أدخن؟ هل أخرج؟ هل أتزوج؟ هل أحب؟ ومن الحالات الجديرة بالذكر هذه النكسة التى تحدث عندما يصرح الطبيب لمريضه أن العلاج انتهى! هنا يشعر المريض بالخوف كيف يمكن أن يبدأ

الحياة من جديد ويواجه الناس وحده دون وجود هذا الطبيب وفى هذه الحالة قد نكون أمام أحد هذه الاحتمالات :

- قد يكون المريض سعيداً باهتمام أهله وهو تحت العلاج وهكذا قد يختفى من الموقف بمجرد شفائه وعلى هذا الأساس يستمر فى رغبته فى العلاج.

- من الممكن أن يكون الطبيب قد أنهى العلاج بالفعل تماماً.

أو يكون هذا المريض معذوراً أنه يفكر وهو سليم أنه قد قال كل أسراره لإنسان آخر إن ذلك يعذبه لأنه يدرك أن هناك أشياء لا يجب أن تقال للآخرين قد أعلنها أمام الطبيب والخطأ هنا أن المريض يتذكر دائماً هذه الحقيقة : إن الطبيب النفسى مستودع أمين للأسرار وهو ينسى ما سمعه عندما يخرج من باب حجرته فى العيادة.

وأن أكثر ما يسعد الطبيب هو الشفاء كذلك قد يكره الإنسان الطبيب النفسى لأن ذكراه ترتبط بأحداث مؤلمة وكل إنسان يريد أن يسقط من ذاكرته كل ما يؤلمه وكل ما يذكره بالألم ومن بين هذه الأشياء الطبيب نفسه.

نفسيتك ... ونار الغيرة

أولا ... ما هى الغيرة ، والجواب ببساطة هى ذلك الشعور بالقهر النفسى حينما تشعرين بأن حبيبك يهوى غيرك ويتركك والغيرة عاطفة

جامحة تملأ حياة الإنسان عذاباً وتدفعه إلى أشد الأعمال عدواناً ومع إننا نلاحظ أن المشاكل القائمة بين المحبين والأزواج معظمها يقوم فى البداية على الغيرة التى سرعان ما تتحول إلى عناد وتحول وكثيراً بزواج ثانى.

يقول علماء الطب النفسى

إن الغيرة ليست عاطفة شعورية واحدة ولكنها خليط من العواطف المختلفة من حب وغضب وحزن وغيظ وجشع وأنانية وهى فى الواقع تكون مختفية داخل نفسيتنا ومشاعرنا دون أن ندرى وحينما تشعر المرأة بالغيرة لأن حبيبها أو زوجها يوجه مشاعره ناحية امرأة أخرى فإن القيامة تقوم بالنسبة لهذه المرأة ولا تهدأ إلا بعودة الرجل مرة أخرى إلى أحضان زوجته ومن المعروف والسائد أن المرأة أكثر تعرضاً للغيرة من الرجل فى العالم الذى نعيشه لا زال هو عالم الرجل الذى يسيطر عليه بأفكاره وقوانينه وتقاليده وهو يستمتع بقدر من الحرية لا تملكه المرأة.

فرق بين الحسد والغيرة

عزيزتى المرأة ماذا تفعلين إذا وجدت رجلاً يبادل امرأة الحب ويهتم بها ويلاطفها ولا يرى فى الوجود سواها ... أما زوجك فلا يفهم فى الحب ولا العواطف وكل ما يجمع بينك وبينه علاقة مثل علاقة

الحيوانات : بالتأكيد سوف تشعرين بالحسد على هذه المرأة التى يعشقها زوجها وسوف تشعرين بالغيرة أيضاً منها وليس على زوجك.

إذاً فى الغيرة تحسين بالخزى والعار أما فى الحسد فلا يكون هناك سوى الرغبة فى الحصول على شيء يملكه الآخرون والغيرة تشتعل بين فتاتين على حب شاب وسيم هو جار للاثنتين وتحاول كل واحدة أن تستميله ناحيتها لتستأثر بهواه أما هو فسعيد جداً لهذه العلاقة الثلاثية والغيرة كثيراً ما تلبس كثيراً من الأقنعة وتتعدد أسبابها وأشكالها... هناك الزوجة التى تعد أنفاس زوجها وتحاسبه على أحلامه فى المنام وتطارده بتليفوناتها المتوالية حتى يشعر أنه سجين وهى السجان ومتى وجد نافذة للحرية فإنه سرعان ما يهرب منها بلا رجعة.

وهناك الزوج الذى تدفعه غيرته أو حبه للسيطرة والتملك على أن يرفض أن تخرج زوجته للعمل هذه الزوجة تعانى من الكبت وتبدأ فى الشعور بالانعزال والوحدة وآه لو شعرت بأن زوجها يبخل عليها بالمال ومثيلاتها يكسبن من وظيفة مثل التى كانت تعمل بها.

تقول هيام فى رسالتها باكية

أحببته فقد كان جارى ... وعشقت فيه وسامته ودعابته وخفة دمه ... انشغلت به فأنسانى دروسى ... تعمدت أن أصادق أخته لكى أكون قريبة منه ومرت الأيام وأنا أزداد تعلقاً به وحينما وصلت للثانوية العامة تقدم لى ليخطبنى وكأنه تعمد ذلك كانت فرحتى به طاغية وعارمة لم أستمع لنصيحة أمى بتأجيل الموضوع حتى أنتهى على الأقل من الثانوية العامة لكنى أصررت على موقفى وتمت الخطبة ما بين خروج

لشراء الشبكة ولوازمها وعزومة أهله مرة عندنا وأهلى مرة عندهم وأخذنى الحب وطار بى عبر فلوات بعيدة ونجوم وأقمار ورسائل بلون الربيع لقد عشت أجمل أيام حياتى بينما صديقاتى يذهبن للدروس ويسهرن الليالى .... وجاء الامتحان الذى يكرم فيه المرء أو يهان لكن إهانتى كانت شنيعة وبشعة وأنا أرسب مع مرتبة الشرف وعن جدارة لكنى لم أبك ولم أحزن يكفينى حبيبى الذى ضحك قائلاً: ولا يهمك يا حبيبتى وإيه يعنى أنا بحبك زى ما أنتى كد.

ورفض حبيبى أن أكمل دراستى رفضاً تاماً رغم توسلات أمى لى أما أبى فقال بركة يا جامع البنت ما لهاش إلا الجواز وأخلص من همها أوام أوام.

وبالفعل مرت شهور قليلة وزفونى إلى حبيبى فى شقة متواضعة فى منزل أسرته حجرتين وصالة وبوتاجاز ولا غسالة ولا تليفزيون وقد قلت له فى سعادة يا حبيبى كفاية عليه إنت عش العصفورة يقضينا.

ومرت الأيام وإذا بطنى تنتفخ لتعلن قدوم ضيف جديد ليزيد العبء والمصاريف ودارت بى الحياة دورتها وأنجب أربعة من الأولاد لكى أربط زوجى هكذا أخبرتنى أمى لكنه لم يرتبط وفر منى فى الزحام وكلما طلبت منه شيئاً للبيت تعلل بأن الراتب لا يكفيه وأنه دائماً يستدين بسبب عدم حصولى على مؤهل لكى أعمل وأقبض فلوس مثل غيرى من زميلاته ... وبكيت بحرقة ندماً على أيام أسرتى ونصائح أمى وانتابنى الصداع والأرق وشحب لونى وساءت نفسيتى وكلما تذكرت حالتى وما أصبحت فيه ورأيت صديقاتى اللاتى كن معى فى المدرسة وهن فى حالة معيشية جيدة ازددت هماً وكرباً وبدأت الأمراض تتوالى

على رأسى ومعدتى وقلبى وأعصابى ولا فائدة وفى آخر المطاف قال لى الطبيب النفسى : أنت تعانى من عقدة الذنب فى حق نفسك.

هل أفصح عن غيرتى؟؟

إذا رأيت زوجك يتحدث إلى سيدة جميلة فى حفل فقد تشعرين بالألم وهذا شىء غريزى وطبيعى وأنت إذا تركت العنان لغيرتك أن تثور وتستفحل فإن أفكارك جميعها سوف يدور فى عقلك إن شيئاً لن يستطيع أن يحول تفكيرك عن زوجك والمرأة الأخرى والأخريات ولما كانت الغيرة عاطفة خادعة فإنها قد تعبر عن نفسها بطرق غريبة فالرجل الذى تكسب زوجته أكثر منه قد ترضى كبرياءه الجريمة عن طريق القمار والشراب أو الإسراف فى تناول الطعام.

والأم التى تغار على ابنتها الجميلة قد تلجأ إلى تحطيم اعتزاز الفتاة بنفسها بوصفها قبيحة وبعض الغيورين يلجأون إلى تمزيق شخصيات منافسيهم بوصفها انطوائية أو انعزالية تقول عبير فى رسالتها : نار الغيرة تأكل أعصابى تنهش صدرى مثل كلاب مسعورة زوجى الذى كان يعشقنى يهيم بغرامى هياماً يتصل بى كل ساعة ليطمئن علي وعلى أحوالى وطفلنا الوحيد كان النسمة التى تلطف هوانا حين تعصف به النوات... فجأة وبلا مقدمات وجدته يبتعد عنى يهملنى بالأيام لا يتناول الطعام معناً إلا نادراً قلت فى نفسى : لعله العمل والإرهاق لكن الأمر ازداد حدة بعد أن تعالت نبرته فى العتاب وحدته فى الأوامر وما زاد الطين بلة أنه لم يعد يطيق لى كلمة وأصبح دائم النقد لكل عمل أقوم به وإثر خناقة معتادة بيننا جلست فى غرفة الطفل أقرأ قبل أن أنام

فوجدت الكلمات تتوه فى فراغات عينى والدموع تنحبس بين عينى رن جرس التليفون... رفعت السماعة بحذر وأنا أتعمد ألا يسمع منى همساً فجاء صوتها كفحيح الأفعى وقالت له فى حدة:.. لماذا لم تتصل بى؟... هل بدأت تشك زوجتك؟

وضعت السماعة برفق وقد تأكد الشك وبات يقيناً مؤكداً أن هناك امرأة أخرى جاء لى زوجى الذى شعر بأنى قد عرفت أن شيئاً ما قد حدث... حاول يسترضنى يلاطفنى ليدارى أمراً... أصبح يتواجد كثيراً فى المنزل شعوراً بالندم يشمله ويكتنفه بمسحة من الحزن والألم... لكن هل هدأت نار الغيرة؟ لا... ازدادت وتأججت.. وكلما غاب حدثت مشاجرة ظل السؤال يلح على رأسى هل أواجهه بنار الغيرة وبأنى سمعت جزءا من مكالمة غامضة دارت بينه وبينها... أحلامى كوابيس مزعجة كلها تخبرنى بأن زوجى يطير من بين يدى وطفلى يبيع مناديلاً ورقية فى الميادين والشوارع بعد أن طرده أبوه من المنزل لأن زوجته لا تطيق رؤيته وكذلك زوجى يطرده هو الآخر لأنه يذكره بأبيه... أصبحت أعانى ازددت شحوباً وهزالاً وشرد ذهنى وأهملت وحيدى وانتابنى الصداع مرات عديدة ثم نوبات إغماء وغيبوبة وأصبحت نفسيتى مريضة واهنة وبعد رحلة علاج طويلة تنقلت خلالها على الأطباء... أفقت لأجد وحيدى قد مات وزوجى قد تزوج فى شقتى... فأصبت بانهيار عصبى لم أدر كم طال... وفى عيادة الطب النفسى أخرجت كل ما كان من آلام وأوجاع رويداً...رويدا عدت إلى عملى وعاد بريق الأمل لنفسى الجريحة.

الحياة... نهايات مروعة

عزيزى القارئ... إنها دعوة للحب والتفاؤل والحياة وإذا وقعت انهض مرة أخرى محاولاً إثبات الذات... كلمات كلها جميلة ليس منها إلا البريق والحلم أحياناً يكون بطعم السعادة وكثيراً ما يكون المر والعلقم إنه المجهول الذى تخفيه لنا الأيام وأين منه الفكاك.. هناك فى العيادات النفسية تجولت فى الأروقة وفى الحديقة وبين الأسرة تعرفت عليهن وعلى الأحدث العاصفة التى جعلتهن ينهرن ويفقدن أعصابهن الواحدة تلو الاخرى وبرغم الجمال البادى على تلك الوجوه إلا أن الألم النفسى أشد أنواع المرض إيذاءً لشكل وجمال الإنسان وخاصة المرأة... وهأنذا أحمل أوراقى وأدونها وأكتب القصة تلو الأخرى وفى النهاية لا يسعنى إلا أن أذرف دمعاتى قهراً عليهن وأدعو لهن بالشفاء ولو أن النفس التى تعانى وتمرض قلما تعود إلى طبيعتها وكيف تعود وقد فقدت فلذات الأكباد تارة وفقدت الأحبة والأزواج مرات أخرى.

أكثر الفئات العمرية التى تعانى المرض النفسى

المرض النفسى ليس له سن محددة، لكن كلما كانت النفس شفافة، والأعصاب حساسة، والمشاعر متأججة، وفياضة، كلما وجدنا صاحباتها

هن اللاتى يترددن على العيادات النفسية.

أغلبها مراهقات وقصص حب فاشلة فى البداية لماذا المراهقات..؟ لأن المراهقة فتاة تعانى من أشياء كثيرة أهمها المظاهر الأنثوية التى تعتريها فى فترة البلوغ فتكون مرحلة فى غاية الحرج والإحساس وهى ترى طفولتها البريئة تتمحور وتتحول إلى امرأة صغيرة لديها الاستعداد التام للحب والزواج والإنجاب خاصة وأن عيون الشباب بدأت تركز عليها كلما غدت أو راحت بل تسمعها معسول الكلام فتفتحت مشاعرها بحثت عن الحب خاصة إذا كانت تفتقده فى أسرتها المفككة فالأم فى ناحية والأب فى ناحية وهى تعيش عند خال قاس أو عم يسقيها مر العذاب فما أن ترى الطارق على قلبها المبكر الذى لا يزال يتفتح حتى وتلهث خلفه تاركة كل حياتها القديمة لتقول له: أنا ولدت على يديك من جديد وهو ذئب يلف ويدور لتقع الفريسة والفريسة بالتأكيد سهلة ولا تعصى له أمراً ومرة بعد مرة تطورت العلاقة فى شقق الأصدقاء أو المساكن المهجورة عشقته الفتاة المراهقة أما هو فمل اللعب معها فلقد أصبحت مملة وشكاءة وبكاءة وتلح عليه أن

- بصراحة يا ابنى ظروفك المادية صعبة قوى.. خليك ف المستعمل أحسن.. اختها الكبيرة منطلقة.. إيه رأيك تتجوزها بدالها؟

يتزوجها... وكيف يتزوجها وهو لا يملك حق علبة السجائر... منها بدأ يتهرب ويراوغ بل ويطلب منها علانية أن تكف عن مطاردته لكنها تخبره بالخبر الذى زلزل قدميه وصفعها على وجهها وانهال عليها ضرباً وركلاً... وقذفها بأبشع الألفاظ وأنها هى التى شجعته وأنها ساقطة و...و... لم تفق من الصدمة ظلت مغيبة تبكي الحالة التى وصلت إليها- تعمل خادمة في البيوت من أجل رغيف خبز جاف وغطاء يغطيها؛ بطنها يكبر يوماً بعد يوم حاولت الانتحار مرات ومرات لكن فى كل مرة يتم إنقاذها... فاجأتها آلام الولادة فذهبت إلى أقرب مستشفى سألوها عن اسمها فلم ترد قال الطبيب المختص: ولدوها الأول وبعدين يحلها ربنا ولدت بالفعل... لكنها خافت شعرت بالخوف يسرى فى أوصالها المرتعشة لم تر الوليد لقد أخذوه فى غرفة بعيدة لم تسأل: ولد أم بنت المهم تتصرف قبل أن يأتى الطبيب يسألها عن اسمها اسم زوجها... سارت على أطراف أصابعها بعد أن خلعت جلبابها الملطخ بدماء الولادة والعار الذى سيلحق بها إن هى بقيت ساعة واحدة بعد أن يولد فجر جديد... ظلت تجرى بلا وعى وهدف سوى الهروب من جحيم المذلة والهوان وفى الصباح وجدوها أطلال امرأة لا تنطق ولا تسمع وتتحرك بالكاد... حمولها إلى مستشفى آخر وتعالج لفترة طويلة حتى تستعيد النطق والسمع لكنها تتذكر وليدها الذى تركته والأهوال التى عصفت بها فتفقد عقلها وتودع فى إحدى المصحات النفسية... لتعيش بقية حياتها تبحث عن وليدها الضائع فى كل المستشفيات داخل عقلها الباطن الذى يجعلها ترى الكوابيس وتهب

مذعورة قائلة... ابنى...

هذه إحـدى الصـور التى شـاهدتهـا بنفسى لامرأة صغيرة لم تتجاوز العشرين وكانت جريمتها الكبرى أنها عشقت أول طارق بلا تفكير...

تقول الدكتورة سهير عباس حلمى أستاذ الفسيولوچى:

مثل هذه الحالة نجد مثلها كثيراً فى المجتمع؛ الفتاة التى نشأت فى أسرة مفككة، مشكلتها أنها فقدت الحب والأم التى تكون بمثابة بر الأمان بالنسبة لها، حتى مشاكلها الكبيرة لم تستطع أن تحلها بنوع من التفكير، ولكنها انساقت خلف تفكير أهوج ألقى بها فى الهاوية، والعقل المغيب هنا يلعب دوراً أساسياً فى مرض النفسية التى سرعان ما تمرض.

هى والثانوية العامة

نموذج آخر لفتاة فى الثالثة والعشرين تقابلت معها فى قسم الإدمان بإحدى المصحات النفسية اقتربت منها وكان لى معها هذا الحوار...

فى البداية هى فتاة يبدو أنها من أسرة ثرية، فالبيچامة القطيفة والأنسيال والشعر النظيف والبشرة الناعمة تدل على ذلك.

سألتها:

- اسمك إيه؟
- اسمى شوشو.
- لأ أنا عايزة اسمك الحقيقى

– شادية.

– عندك كام سنة؟

– ٢٣ سنة.

– أنا عيزاكى تحكى لى على كل حاجة اعتبرينى صحبتك.

– كلكم بتيجوا تتكلموا معايا، وتقولوا لى إنكم أصحابى، وأنتم فى الحقيقة بتوع مصالح، الدكتور عايز يعالجنى عشان ياخذ فلوس، والممرضة بتسرحنى عشان أديها بقشيش، وإنت عايزة تنشرى حكايتى عشان الفلوس ماعلينا... عايزة تعرفى إيه؟

– جيتى هنا ليه؟

– علشان تعبانة بشم هيروين تعرفيه؟

– أسمع عنه... وليه شميت هيروين؟

– مزاجى كده... هو بيعدل مزاجى بعدما أكون وصلت لدرجة الصراخ واللطيم عرفتى؟

– كان فيه سبب معين؟

– أيوة يا ستى كنت بحب واحد وبعدين، وفجأة بلا مقدمات ظلت تصرخ وتصرخ أصابنى الذعر... انتفضت جريت خرجت برة ذهبت إلى الدكتور... طلب كوب ليمون وقال: حالتها النفسية متذبذبة بحالات ساعة تكون هادئة، وساعة تصرخ كلما تتذكر قصتها.

– وقصتها إيه يا دكتور؟

اعتدل الطبيب وأشعل سيجارته، وراح يحكى فى شفقة عن

شوشو.

- شوشو يا ستى لها حكاية غريبة شوية، أمها وأبوها لم ينجبا غيرها فخرجت مدللة، تطلب أى شيء يأتيها بلا سؤال ڤيلا وعربية ومدارس أجنبية، كانت تحيا مثل أميرة تصيف فى أوربا، وتدعو صديقاتها فى عيد ميلادها فى فندق كبير .

- وبعدين يا دكتور.

فى ليلة من ليالى الشتاء وكان عمرها ١٢ سنة رأت فى المنام أن أمها تنهرها وتقول لها: ابعدى عنى إنت مش بنتى أنا ما بخلفش إحنا جبناكى من الملجأ... ظلت تصرخ فى الحلم وتبكى... جاءت الأم وهدأتها وكذلك الأب... ولكن الغريب فى الأمر أنها بعد ذلك الكابوس ظلت متحفظة مع والديها، تجاوبهما على قدر السؤال تغيرت شخصيتها كثيراً وأصبحت جادة لا تتدلل فى طلب الأشياء... لا تطلب طعاماً معيناً، ولا تبالغ فى طلباتها المادية... حزن الأب وحزنت الأم وعرضاها على طبيب لعلها تعانى من مرض عضوى لكن جاءت نتيجة الفحص... لا شيء سوى بعض الاضطرابات فى المعدة..

ولماذا هذه الاضطرابات؟

لأنها لا تأكل بانتظام بسبب الخجل، وسارت الأيام وهى تبتعد عن أبويها أكثر وتخجل أكثر حتى أصبحت فتاة سخيفة للغاية، ووصلت شوشو للثانوية العامة وبدأت تذاكر أكثر وتخجل أكثر... حاولت أن تبعد عنها هواجس أن هذه السيدة ليست أمها، وهذا الرجل ليس أباها لكنها لم تستطع إلى أن جاءت ليلة مظلمة ظلت تصرخ وتبكى، جاءت الأم تجرى وتحتضنها لكنها رفضتها رفضاً قاطعاً وأبعدتها فى حدة قائلة:

- تحلفى إنك أمى؟

ألجمت الصدمة الأم التى أعطت للابنة كل الحنان.

- أحلف إنك أعز من نور عينى وروح قلبى، قالت وقد ازداد صراخ شادية.

- أنا عايزة إجابة محددة أنا بنتك يعنى إنت ولدتينى من بطنك؟

صمتت الأم فازداد صراخ الابنة وأصابتها حالة هستيرية... ظلت الأم تحاول أن تهدئها بلا جدوى إلى أن راحت فى الغيبوبة... بعدها استيقظت كأن شيئاً لم يكن... ارتدت ملابسها وحملت حقيبة المدرسة وتوجهت إلى أمها فى حجرتها قبلتها ثم ودعتها وقبل أن تنصرف وجدت عشرين جنيهاً على التسريحة فأخذتها دون استئذان.

منذ ذلك اليوم وبدأت تتصرف تصرفات توحى بأنها ثرية تحصل على النقود دون حساب، وتقوم بدعوة صديقاتها فى المدرسة على الغداء فى النادى، ويأتى إليها المدرسون فى الفيلا من أجل دروس الثانوية العامة فى البداية شعرت الأم بالسعادة لأن ابنتها أصبحت طبيعية ولا تسألها... هل أنت أمى؟ وهل هذا أبى؟ تلك الأسئلة التى كادت أن تدمر نفسية الأم، لكن البنت أصبحت طبيعية تصرف وتشترى الملابس

على أحدث الموضات، وتأخذ من أبيها ومن أمها بلا حساب وقواطب على الدروس وتملأ الدنيا ضجيجاً ومرحاً... وتحدث الانتكاسة مرة أخرى وترسب فى الثانوية العامة فتصاب بالاكتئاب وتنتابها نوبات من الصراخ تنام بعدها لساعات طويلة، ثم تستيقظ ترتدى ملابسها الجميلة وتخرج بسيارتها الأنيقة ولا تعود إلا بعد انتصاف الليل مرهقة ومتعبة وتعانى من شبه هلوسة وضحكات بصوت عال..

نهرها الأب على تلك التصرفات، ومنعها من قيادة السيارة بمفردها فلم تصرخ ولكنها صمتت وأصرت إصراراً غريباً على الخروج كل ليلة فعين الأب حارساً عليها دون أن تشعر ليتعرف على ما تفعله عند الخروج ليلاً وجاء الحارس بالخبر اليقين... شوشو تقابل أصدقاء السوء فى أوكار الإدمان فى الحارات المظلمة الضائعة العنوان، وقرر الأب أن يطردها من الفيلا لكن الأم توسلت إليه فهى ابنتهما الوحيدة لكن الأب خرج عن شعوره وقال لها فى تحدى.

أنت كدبت الكدبة وصدقتيها دى لا بنتى ولا أعرفها وكانت المفاجأة التى شلت لسانه اندفعت الابنة من الدور العلوى وقد تيقنت أنها ابنة بالتبنى وأن الأحلام والكوابيس ماهى هى إلا الحقيقة التى لا مفر منها .

خرجت هائمة على وجهها بلا نقود وبلا أى مورد يساعد على الحياة اليومية اقتادوها إلى مركز الشرطة... جاء الأب وحملها إلينا فى هذه المصحة، وقد تمكن الإدمان منها وها هى تعالج ونجد تحسنا بطيئا جداً بالحالة. أشفقت جداً على شوشو وسألت نفسى ما السبب فى تعب نفسيتها؟ هل هو معرفتها بأنها ابنة غير شرعية؟ أم رسوبها فى الثانوية العامة؟

علاج الأمراض النفسية بالإيحاء

المرض والعامل النفسى شىء لابد أن يضعه الأطباء عند علاج المرض، والتداوى بالإيحاء الروحى من أقدم طرق العلاج خاصة للشفاء من بعض الأمراض المستعصية والتى عجز الطب وعقاقيره عن علاجها؛ إذ يعود إلى عهد الإنسان البدائى فى أول عهد له بالحضارة المدنية، وحيث كان ممتزجاً بالشعوذة الدينية والسحر الخفى الغامض، وما زالت بعض الشعوب البدائية إلى يومنا هذا تربط التداوى الإيمانى بالطقوس الدينية ذات طابع السحر الأسود، ويقوم بممارسته أناس متخصصون من رجال الدين أو السحرة عن طريق أشكال مختلفة من التعاويذ والتراتيل الدينية والتعازيم السحرية، وقد اعتاد المصريون القدماء الذهاب واللجوء إلى معابد آلهتهم الممثلة فى صور شتى من حيوانات مقدسة لديهم، والاستلقاء داخل أفنية هذه المعابد، والاستغراق فى النوم سواء نهاراً أو ليلاً للاستشارة والتنبؤ عن طريق أحلامهم بكل ما يخص حياتهم الشخصية الفردية، وما ينوون القيام به من مشروعات، وكان أغلب وأهم ما يلتمسون فى المعبد من الآلهة أولاً وأخيراً هو العافية

والشفاء من أمراضهم، وما يعانون من آلام؛ ولذلك كانت وسيلتهم فى ذلك بعد اليأس من العلاج بالعقاقير هى النوم فى المعبد، وانتظار الأحلام وهى وسيلة الاتصال بالقوى الروحية العليا سواء بالتنويم طواعية أو بالتنويم المغناطيسى، ويعقب ذلك ظهور الإله نفسه للمريض حيث يقوم بوصف الدواء المناسب لحالته.

وكانت أحلام هؤلاء المرضى عبارة عن تشخيص لمرضهم، ثم يقوم بتفسيرها لهم بعض المفسرين المتخصصين فى الأحلام من طبقة الكهنة الرسميين فى المعبد أو غيرهم من سلك الكهنوت، وهم غالباً طائفة الأطباء الذين لهم خبرة وتجارب كثيرة من جراء ما شاهدوه من شكوى المرض من أوجاعهم المتنوعة، ومما يراه هؤلاء المرضى فى أحلامهم، وما سمعوه فيها من الآلهة التى تظهر لهم.

وكثرت لدى المصريين القدماء معابد لعلاج مثل هذه الأمراض بطريقة الإيماء الروحى، ومن أشهرها معبد إيزيس حيث كان المرضى يتوسلون قبل نومهم إلى ربة الشفاء «إيزيس» كى تتجلى لهم فى أحلامهم، وتصف لهم الدواء بنفسها، وتهبهم الشفاء من أمراضهم البدنية والروحية، وأن تفرج كربهم وتلهمهم الصواب فيما ينوون القيام به فى أعمالهم، وكان هذا المعبد يقع فى مدينة منف، وكانت الربة إيزيس تعتبر آلهة الشفاء وصانعته، وتتجلى على المرضى الحالمين بصورتها كاملة فى أحلامهم بمعبدها، وتشفى حتى من استعصى شفاؤهم على يد الأطباء العاديين، ولذا كانت تلقب بإيزيس الشافية، وكذلك اشتهر معبد أوزوريس ومعبد بتاح والذى كان يقع أيضاً فى

منف واحتوى على عجل أبيس.

ولقد ورد فى بردية إيبرس الطبية المصرية والتى يرجع تاريخ كتابتها إلى عام ١٥٥٠ق.م. أسماء ثلاث طوائف طبية لعلاج الأمراض وهى :-

١- طائفة سونو: أو الأطباء الباطنيون.

٢- طائفة كهنة: سخمت أو الجراحون.

٣- طائفة سارا: وهم الأطباء الروحانيون، ولفظ سارا يعنى الساحر أو العراف أو طارد الأرواح الشريرة، وكان أفراد هذه الطائفة يستعملون الوسائل النفسية مثل التعازيم والأحجبة والفنون السحرية، وكان لهم أثر كبير فى شفاء الأمراض التى كانت تحتاج إلى علاج نفسانى أو روحانى، وبذلك حوت البردية ذكر ثلاثة أنواع من العلاج وهى العقاقير والجراحة والتعازيم، ولقد شك علماء العصر الحديث فى جدية الطب المصرى القديم بسبب وجود مثل هذه التعازيم فى البرديات الطبية، ولكن ظهر فيما بعد أن هذه البردية تحوى ١٢رقية فقط، وقد وردت ضمن الأمراض الصعب علاجها بفرض رفع معنوية المريض عن طريق الإيحاء الذاتى.

إذ تقول إحدى هذه التعازيم لتسكين الألم فى الذراع ضع يدك فوقها وقل لها إن الألم سيزول... كذلك كان من أنجح الطرق لطرد الأرواح الخبيثة هى وضع جسم المريض تحت حماية الآلهة، إذا تألم جسم المريض تألمت معه الآلهة؛ لذلك لجأ المرضى إلى العبادة وتقديم القرابين وحرق البخور والرمى ببعض الكلمات الدينية استرحاماً للآلهة، وهو ما يطلق عليه الآن «بالطب النفسانى أو الروحانى» عندما يلجأ الناس إلى الكنائس والمساجد والمعابد والتضرع إلى الله أو إلى أضرحة الأولياء

والقديسين للشفاء من أمراضهم - كذلك وجدت مثل هذه المعتقدات عند بعض الشعوب المجاورة لمصر والتى اقتبسوها منهم منذ آلاف السنين ومنهم شعوب ما بين النهرين (مثل الكلدانيين والبابليين والسومريين) وكذلك عند قدماء الإغريق، أما فى بلاد الهند القديمة فقد انتشر فيها العلاج بالتنويم المغناطيسى الذاتى، ويظهر ذلك جدياً فى تمارين اليوجا أو فى التأمل العميق كما فى بعض الطقوس الدينية البوذية، وذلك بغرض الشفاء من الأمراض المستعصية بالإيحاء الروحى عند مصر القديمة إلى بلاد اليونان القديم حيث تولت القيام بها طائفة من المعالجين، وينتمون إلى طائفة الإسكليباديين (نسبة إلى إله الشفاء اليونانى القديم الأسطورى إسكليبيوس)، وكان أفراد هذه الطائفة من الكهنة الذين كانوا يشخصون الأمراض عن طريق تفسير أحلام المرضى سواء أن يحلم الكاهن بدلاً من الشخص المريض الذى لا يمكنه القدوم والنوم فى المعبد، أو من امتنع عنهم النوم مثل مرضى الأعصاب من اكتئاب أو قلق أو إحباط أو غيره، أو عن طريق تفسير الأحلام للمرضى الذين ينامون داخل صالات أو ممرات خاصة بالمعابد انتظاراً لحلول روح الإله "إسكليبيوس" فى أحلامهم، ويصف لهم العلاج الشافى، وكان هؤلاء الكهنة المفسرون يقومون بتشخيص الأمراض طبقاً لما يرون تفسيره من رموز الأحلام، كما كانوا يستخدمون الحمامات الطبية سواء الساخنة أو الباردة حسب حالة كل مريض، كما كانت هناك طائفة من المفسرين المتخصصين فى الأحلام من غير رجال كهنة المعبد الرسميين يقيمون خارج المعبد ويفسرون الأحلام مقابل الأموال، كما يصفون العلاج

المناسب، وفى العصر البطلمى فى مصر ذاعت شهرة بعض المعابد الكبيرة مثل معابد سيرابيس وهو إله الشفاء المصرى القديم أوزوريس حسب التسمية اليونانية، وهو زوج الإلهة (إيزيس)، وأشهر معابد سيرابيس كانت فى منطقة كأنوبيس (أبو قير حالياً) بالإسكندرية؛ حيث كان المرضى ينامون داخله ويحلمون أو يحلم لهم من ينوب عنهم من العامة أو الخاصة، وذلك لبعض الحكام والعظماء وكانت نتيجة ذلك الكثير من معجزات الشفاء، كما كان هناك بعض من مفسرى الأحلام الذين يعلنون عن موهبتهم الفذة التى حبتهم بها الآلهة، وهى موهبة تفسير الأحلام؛ حيث كان حجاج المعابد من المرضى يلجأون إليهم لتفسير أحلامهم، وتشخيص أمراضهم، ووصف العلاج مقابل أموال محددة، واشتهر منهم طائفة المفسرين المشهورين فى الوجه البحرى.

(أبقراط)

وكان الطبيب اليونانى القديم أبقراط قد وضع فى القرن الخامس ق.م. قاعدة عامة لمعرفة سجايا البشر حيث قسمهم إلى أربعة نماذج وحدد لكل منهم استعداداته الجسمانية

والنفسية وراعى فى ذلك التقسيم أمزجة وتكوين أجسامهم ولكن يلاحظ تزايد الاقتناع بين بعض الأطباء بهذا الأمر وهذه الأقسام هى:

١- المزاج الدموى - المزاج السوداوى - المزاج الصفراوى - المزاج

البلغمى أو الليمفاوى وبين أبقراط أنه من النادر أن يوجد شخص لا يحتوى على صفة واحدة فقط من هذه الأمزجة بل تنطبق أوصاف جسمه على أكثر من نوع، وفى القرن السادس الميلادى انتشرت هذه الطريقة الخاصة بالتردد على الكنائس فى مصر وروما والنوم فيها خاصة فى المواعيد المخصصة بالمولد لكل قديس أو السيد المسيح والعذراء مريم حيث يقوم القساوسة والرهبان بتلاوة بعض الصلوات والابتهالات على المرضى النائمين مع رشهم بالماء المقدس ولمسهم ببعض المخلفات المقدسة للقديسين والشهداء.

(فرويد والانحراف الجنسى)

الانحراف الجنسى ما هو إلا رغبة جنسية شاذة تستهدف الوصول إلى قمة النشوة بطريقة غير الاتصال الجنسى الطبيعى الذى يمثل الإشباع عند الأفراد الراشدين، والانحراف لا يعنى النشاط الجنسى نفسه؛ فليس هو الأساس الأول الذى من أجله يوصف الفرد بالانحراف، وإنما الأساس فى اختيار الموضوع الجنسى بذاته، إذ إن كثيراً من ألوان السلوك الجنسى التى نلاحظها بين المشتركين فى الجنسية الغيرية.

فالسمة الأساسية للانحرافات لا تتلخص فى تجاوز الهدف الجنسى، أو فى الاستعاضة عن الأعضاء الجنسية، أو تغيير الموضوع، بل فى شيء واحد فقط وهو الاقتصار على هذه الدروب، والتشبث بها؛ بحيث تتنافى مع الفعل الجنسى الذى يخدم التناسل، فما دامت الأفعال المنحرفة لا تتدخل فى القيام بالفعل الجنسى السوى بحيث لا تكون منه إلا بمثابة التمهيد، فلا يصح أن تسمى انحرافات الفعل، وقد بنيت

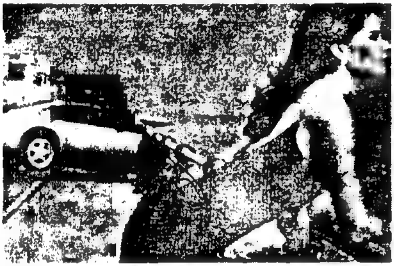
دراسات علماء النفس حول الانحرافات الجنسية على أساس أن البعض منها عبارة عن رواسب تخلفت في النمو نحو عقدة أوديب، وأنه بعد كبت هذه العقدة تأخذ أجزاء الغريزة الجنسية التي تكون أقوى في استعداد الفرد في الظهور مرة أخرى، كما بينت لنا أيضاً الدراسات أن الغريزة الجنسية تكافح ضد قوى نفسية معينة تعمل كمقاومات، وأن الخزى والاشمئزاز والأخلاق هى أبرز هذه القوى، ويمكن أن تفترض أن هذه القوى فى الفرد قبل أن تبلغ الغريزة الجنسية كامل قوتها، فإنها بلا شك ستوجه سير نموها، والانحرافات الجنسية منها الجنسية المثلية والنرجسية والسادية والماسوشية وتعد هذه الأنواع أخطر الانحرافات الجنسية.

الجنسية المثلية

وهى عشق الجنس المشابه، فهؤلاء الأفراد الذين يتصفون بهذا النوع من الشذوذ والانحراف لا تستثار رغبتهم الجنسية إلا لأفراد من نفس جنسهم، أما أفراد الجنس الآخر فلا يحركون منهم ساكناً على الإطلاق، بل قد يثير منهم التقزز والاشمئزاز، ومبعث هذا الشذوذ اضطراب نفسى يستقر فى العقل الباطن للفرد منذ الطفولة، وقد أعزاه عالم النفس (فرويد) إلى عشق الذات، فحين يرى عاشق ذاته بعض صفاته المحببة إلى نفسه فى الجنس المشابه له فإنه يرتبط به جنسياً، وقد يرجع هذا الشذوذ إلى الشعور بالنقص حيث يندفع الفرد لاشعورياً نحو بنى جنسه لاعتقاده بعدم قدرته على إشباع المرأة... وقد حدثت واقعة مشابهة لمريض فى العشرينات من عمره متزوج، وظلت زوجته عذراء فترة دامت سنتين لأنه لا يستطيع أن يتصل بها جنسياً لشعوره بالنفور منها، فى

حين أنه يميل إلى الاتصال الجنسى ببنى جنسه، وبمتابعة أحد الأطباء النفسيين للحالة وجد أن ما يعانيه هذا الشخص من انحراف سببه الأساسى يعود إلى مرحلة الطفولة، حيث إنه مصاب بعاهة فى أحد قدميه إلا أنها لا تعوقه فى شيء ولكنها جعلت أهله يشعرون بعدم تحمل المسئولية لعدم قدرته على ذلك، مما أفقده الثقة فى نفسه وأعطاه الشعور بالعجز مما جعله يشعر بعدم قدرته على إشباع امرأته.

النرجسية



وهى عبارة عن توجيه عشق الذات... واتخاذها هدفاً للذة فالطفل الصغير يستمد اللذة من مص أصابعه، فإذا شب وثبت نموه النفسى عند هذه المرحلة واقترن ذلك بافتقاده العطف والحنان فإن ذاته تصبح غاية عشقه وعشق الذات يكون نتيجة لسوء التربية والمبالغة فى التدليل فيشب الطفل متخيلاً أنه وحيد زمانه فيعشق ذاته ويقدسها وهنا يبدأ الانحراف.

السادية

وهى نوع من الانحرافات الجنسية فهى تعنى التماس اللذة والإثارة الجنسية بإلحاق العذاب الجسمانى بالشريك الجنسى فيجد السادى سعادته فى إلحاق الألم والعذاب والتحقير بشريكه وقد فسر علماء النفس السادية بأنها ترجع الى افتقاد الحنان فى الطفولة وميل أولئك الأطفال إلى التدمير والتخريب لكل ما تصل إليه أيديهم وإلحاق الأذى بالمحيطين بهم

ويشعرون باللذة من إجراء ذلك ويستقر هذا الانحراف فى نفوسهم وتصبح القسوة والعنف سمة من سماتهم فى المستقبل.

الماسوشية

وهى استعذاب العذاب والتماسه من الشريك الجنسى وقد أعزاها علماء النفس إلى افتقاد الأطفال فى صغرهم إلى العطف من الوالدين واستشعارهم كما أن هناك نوعاً يعد خطيراً من أنواع الانحرافات وهو عشق الأطفال ويقوم صاحبه بالتسلل بين الأطفال ويتودد إليهم بكافة الطرق ثم يهتك أعراضهم فى وحشية ومن هؤلاء المنحرفين من يميل إلى الضعف وإلحاق الأذى بالطفل وقد رد علماء النفس هذا النوع من الانحراف إلى التجربة الجنسية الأولى للمنحرف وإلى تعلق الفرد بذاته وتعويض عشق الذات بعشق من يشبهها فى الصغر.

وهناك ما يطلق عليه الولع بالحيوان وهو ممارسة الجنس مع الحيوانات الإناث وهو أحد الانحرافات المنتشرة بين المزارعين وعادة ما يلجأ المراهقون منهم إلى هذا الانحراف لافتقادهم الشريك أو على سبيل التجربة، وكل هذه الانحرافات تعود إلى تدهور الفرد فى مرحلة الطفولة والبلوغ لذا نستطيع القول بأن التربية هى الأساس لا شك أن الدعوة إلى التمسك بالمثل العليا والقيم الدينية والأخلاق القويمة مفيدة فى بعث حب الفضيلة فى نفوس أولئك المنحرفين مما يساعدهم على الإقلاع عن شذوذهم ولابد أن يصاحب هذا توجيه وإرشاد وتثقيف جنسى سليم.

الإنسان العصبى ... والقلب

الجهاز العصبى لأى شخص عرضة لأى هزة خاصة تلك التى تأتيه نتيجة الإصابة ببعض الأمراض وخاصة أمراض القلب... فقد أظهرت

الأبحاث أن هذه الأمراض لها تأثير مباشر عليه فما مدى التأثير وما هى مظاهره وأعراضه وكيف يمكن تفاديها والتخلص منها .

البداية : المخ والجهاز العصبى

توجد بالمخ والجهاز العصبى مجموعة من الشرايين تنقل الدم من القلب إلى الجهاز العصبى وبالعكس واستمرار انتقال الدم من القلب إلى الجهاز العصبى بصفة مستمرة ومنتظمة دليل يؤكد سلامة الأوعية الدموية للمخ وسلامة القلب ولكن هناك أمراض قد تؤثر على الشرايين عامة وشرايين الجهاز العصبى مما يؤدى إلى تعرض الشخص لأمراض عصبية خطيرة كما أن ضعف عضلات القلب يؤثر على كمية الدم المدفوعة إلى المخ وبالتالى تحدث مضاعفات بالمخ ومن هذه الأمراض :

تصلب الشرايين

وهو مرض يصيب كبار السن ومن مظاهره وجود رواسب على جدران الأوعية الدموية مما يسبب ضيقاً فى مجرى الأوعية الدموية، ويقلل من كمية الدم التى تصل إلى المخ، وعند حدوث أى طارئ مفاجئ فى الجهاز الدورى كهبوط الضغط مثلاً لدى المسنين لأى سبب فإنه يؤثر تأثيراً مباشراً على تغذية المراكز العصبية فى المخ ويؤدى إلى نقص الأوكسچين ونقص كمية الدم التى تغذى المخ مما يترتب عليه شلل فى هذه المراكز وتختلف الأعراض المرضية باختلاف المركز العصبى المصاب فقد ينتج عند شلل حركى أو حسى أو شلل فى مراكز الكلام أو فى مراكز الابصار والسمع وقد يصل الأمر إلى فقدان المريض على القدرة والنطق أو الذاكرة تدريجياً .

ضغط الدم المفاجئ

من الأمراض التى تؤثر على الجهاز العصبى ضغط الدم المفاجئ الذى لا تتحمله جدران الشرايين وخصوصاً الشرايين المصابة أو المريضة مما يترتب عليه نزيف من شرايين المخ وغيبوبة كاملة قد تؤدى إلى الوفاة لذلك ينصح كل مريض بالضغط بضرورة قياس ضغطه بصفة دورية وخصوصاً فى حالات تصلب الشرايين وذلك حرصاً على سلامة الجهاز العصبى وحتى لا يتعرض المريض لطارئ مفاجئ قد يصعب علاجه.

جلطة المخ

تنشأ جلطة المخ نتيجة انتقال جلطة عن طريق الدورة الدموية إلى شريان من شرايين المخ فتحدث شللاً فى مراكز المخ لذلك ننصح بالعلاج فى أى جلطة فى أى جزء من أجزاء الجسم علاجاً حاسماً وسريعاً تحت إشراف طبى دقيق حتى لا تحدث مضاعفات خطيرة.

تمدد شرايين المخ

يحدث هذا التمدد نتيجة لعيب خلقى فى مكونات جدار الأوعية الدموية مما يجعلها عرضة لحدوث فتق فى جدار الأوعية الدموية، وهذا الفتق يكون عرضة للانفجار فى أى لحظة إذا كانت الأوعية الدموية مصابة بتصلب الشرايين أو ارتفاع الضغط ولذلك يجب علاجه فوراً بمجرد اكتشافه طبياً أو جراحياً حسب الحالة وإذا لم يعالج فوراً يتعرض الشخص لانفجار الشريان المتمدد بالمخ.

المرأة تصاب بالأمراض الوجدانية
والرجل يعاني انفصام الشخصية
والمرأة تصاب بالهستيريا لماذا؟

المرأة غريرة العاطفة والحب والكلام فهى دائماً تتكلم بقلبها والرجل يتكلم بعقله... وهذا يعنى أن عواطف المرأة هي التى تسيطر على سلوكها وفكرها بينما يتحكم الفكر والعقل فى تصرفات الرجل ونحن لا نبحث فى سبب هذا الاختلاف بينما نجده منطلقا يشرح نوعية المرض عند الرجل والمرأة.

فالمرض النفسى لدى الرجال يؤثر أولاً وبكل شيء على فكره كما هو الحال فى مرض الفصام النهائى "الشيزوفرينيا" ثم يتأثر السلوك والتصرفات وكذلك تتأثر العواطف والشعور تباعاً ونتيجة لاضطراب التفكير لذلك نجد أن مرض الفصام يحدث فى الرجل بنسبة أكثر منه فى المرأة وعلى العكس نجد أن المرأة تصاب أكثر بالأمراض الوجدانية العاطفية مثل مرض الهوس والاكتئاب النفسى والذى يضطرب منه الشعور والوجدان أولاً ثم يؤثر بالتالى على سلوك وفكر المريض.

أما مرض الهستيريا وهو الذى يحدث غالباً فى الأشخاص أصحاب الشخصية الهستيرية وهى الشخصية التى تتميز بالميل إلى حب التظاهر واجتذاب أنظار الآخرين والسيطرة عليهم وكذلك تتميز بالسطحية الزائدة والعواطف والإحساسات الزائفة والسطحية والميل إلى التقليد

والإعتماد على الآخرين هذه الشخصية الهستيرية توجد فى المرأة بنسبة أكثر منها فى الرجل لذلك يحدث مرض الهستيريا أكثر من النساء أما مرض القلق النفسى فنسبته تكون عند الرجال أقل وهذا يرجع إلى تحمل الرجل للضغوط النفسية والعصبية لمسئوليات وأعباء الحياة أكثر من المرأة ويكثر حدوث الأمراض العضوية النفسية مثل مرض عصاب القلب وارتفاع ضغط الدم العصبى وأمراض الجلد النفسية مثل الإكزيما والإرتكاريا القولون العصبى كل هذا يكثر حدوثه عند الرجل أكثر من المرأة بنفس السبب السابق وهناك أمراض نفسية خاصة بالنساء مثل التى تعانى منها بعد الحمل والولادة والرضاعة والدورة الشهرية فى سن اليأس من العمر.

أسرارى بين يديك ... بقلم د. أحمد منيب

أستاذ الطب النفسى

فقاعة الصابون

تقول إحداهن:

أذكر أني كنت وقتها ما بين السادسة عشرة والسابعة عشرة من عمرى، فترة الثانوى.. كنت عندما أتردد على محل والدى أتدلل عليه لأخذ بعض النقود، يدهشنى ازدحام المكان بالأوانى الفخارية المزخرفة، والطاولات الخشبية القديمة جداً المحفورة بنقوش كثيفة، والأطباق الفضية المرسومة بخيوط الذهب.. كنت أستغرب كيف يمضى والدى وقته كله فى هذا المحل، يتفادى سقوط الأشياء وتكسرها خاطياً بينها برقة وحذر... لا أعرف لماذا سأبدأ قصتى من هذه الفترة بالذات..

هذا المكان هو سبب الثراء الذى نعيشه، كان مثل خان شهبندر تجار ألف ليلة وليلة.. ولأنى وحيدة أبى، ومدللته كان يشوقنى لبعض الوقت قبل أن يعطينى النقود ليحكى لى عن التحف الموجودة هنا وهناك.

ولأننى وحيدته- أيضاً- اضطررت لأحل محله أثناء مرضه... كانت مسؤلية مربكة، ولكن بعد وقت تعودتها دونما ارتباك... يمر هو على كل بضعة أيام ليساعدنى ويطمئن على ويأخذ عنى الحمل.. فى بداياتى فى محل التحف كنت أندهش لماذا يقضى شخص ما كل هذا الوقت ليصنع مثل هذه الآنية مثلاً؟ وكنت أرد على نفسى ساخرة "ليشتريها ثرى يتباهى بها ونرتزق نحن".

رحـمـة الله عليك يا أبى، تركـنى مع ذكـرياته هذه وأنا فى الجـامـعـة، وتحملت المسؤولية كاملة... ساعات طويلة أقضيها هناك فى "خان ألف ليلة وليلة" .. ولأن الزبائن ليست كـثـيـرة كـانت عيناى تتـسـمـران على القطع بالساعات... أرحل مع النقـوش وأسافر مع خيوط التطريز وأنسج خـيـالات حـول الشـجـرة التى قطعت منهـا هذه الغـزالة.. ثـراء مـا بـعـده ثراء.. كانت تسليتى الحقيقة.

كنت أحلم بالتحف فى ليلى... وأكلمـها فى النهـار كصديقى... عندما كنت أزيل الغبار عن إحداها بمنديلى- وكأنى أمسح دمعة- وقتها أشعر بوجودى الإنسانى وأحب نفسى... أى ميراث تركت لى أيها الغالى.

فى يوم من الأيام... كان يوم إثنين... وكنا فى المساء، كنت أرتدى تى شـيـرت أبيض، وبنطلون چينز أزرق وحـذاء خـفـيـفـاً أزرق، وكـنت أجلس على ركـبـتى منهـمكة فى تنظيف إحـدى الحـفـر الغائرة فى فـيل خشبى أسود متقن الصنع وارد بلاد الصين... رفعت عينى لأجد شاباً- يبدو أنه كان يراقبنى منذ لحيظات- مبتسماً يطلب شراء الفيل، واتفقنا واشتراه.

عند مغادرته سألنى: "أسعيدة بالسعر يا سيدتى؟". أجبته: "بقدر سعادتى بالبيع بقدر حزنى على فقد هذه التحفة" .. وغادر المحل. فى صباح الثلاثاء- اليوم التالى- وجدته ثانية أمامى يحمل الفيل بنفس تغليفه يهدينى إياه قائلاً: "لم أستطع أن أحتفظ به بعد ما قلته أمس عن حزنك عليه، فقررت أن أهديك إياه ثانية، راجياً قبوله دون ما أى شك منك أنه مقدم للتعارف، فإذا قبلته لن ترينى ثانية، فأنت أحق به... من فضلك اقبليه".

ابتسمت له: "يا سيدى العزيز أنت لا تفهمنى، لا يمكن قبوله ثانية.. سنتى أن يخلو مكان كل فترة لتحف جديدة تحل محل القديمة، كان من المفروض أن أعمل مدرسة، وكان هذا سيحدث بالضبط، يتخرج أطفال ليحل محلهم أطفال آخرون".

ألست حزينة عليه؟ سأرضى أكثر لو قبلته، المسألة عندى ليست تملكاً، وإنما حياة تتجدد، أشياء تذهب وأخرى تأتى.. شجن وفرح وغادر المحل حاملاً فيله. أيام قليلة وصلنى منه خطاب، الكلمات كالشعر، تحفة أخرى.. ففرحت به وبخطابه.. ووضعت خطابه مكان الفيل، شهور ستة- أو سبعة- وإذا به ثانية بابتسامته الرقيقة يطلب يدى.. حدثنى كثيراً عن الشهور الماضية، وعنى وعن نفسه، وحساسه بعدم القدرة على الفكاك منى ومن ذكراى، وبعيداً عن التفاصيل، مر كل شىء بسرعة مذهلة.. تزوجنا.. نعم.. نعم يحبنى.. وأنا كذلك مأخوذة به.. أحبه.

مر علينا شهر الجنة كأنه لحظة غياب.. رقيق هو أى رقة... خفيف هو، وجوده بالمنزل كنسمة باردة.. أراه أمامى وكأنى أرى ملاكاً فى الجنة.. كأنى أرى فقاعة صابون مستديرة تتطاير فى الهواء بعد أن طيرها طفل من هذه الحلقات البلاستيكية التى يلهو بها الأطفال.. فقاعة صابون عليها انعكاس ضوء الشمس ناثراً كل ألوان الطيف، لا هو كالطيف... لا... هو كالطيور؟! ماذا بى هل أصبحت أنا أيضاً شاعرة مثله؟! يبدو أنها عدوى أصابتنى من أشعاره وأغانيه أسطر فى رحمى طفلاً... زهرة تنبت فى أحشائى... ياللشرف... طفلاً آخر "أنا الآن أم وزوجة.

نسائم السنين.. رياح السنين قد طيرت الفقاعة بعيداً، طيرت طيرى وطيفى بعيداً، ولكن بقى لى زوجى الرقيق.. هذا هو حال الدنيا فرح وشجن.. مشاعر تذهب وتأتى أخرى.. جذوة العشق تخبو، وتخيم علينا المودة والرحمة والعشرة والألفة ما زال ذلك جميلاً، بدأنا نرى الحياة أكثر واقعية.. ومن هذه الواقعية أنى كنت لا أرضى داخلياً عن إحدى المجلات التى ينشر فيها زوجى أشعاره.. حدثته:

- ■ هل أنت مضطر للنشر فى هذه المجلة بالذات؟
- ● لا طبعاً، ولكنهم فى التعاملات المادية أحسن الجميع.
- ■ لكنك لا تنشر فيها إلا قصائد ديوانك "رسائل غرام ربيعية" وأنت نفسك غير راض عن هذا الديوان، وتعرف موقفى منه، وهذه القصائد ستنقص من قدرك عند القراء.
- ● لابد فى الحياة من بعض التنازلات التى لا تخل بالشرف، ثم أن للديوان قراءه ولدواوينى الأخرى قراء آخرين.
- ■ لماذا لا تحاول إكمال ديوان "ثم ماذا بعد أيها الإنسان؟!" وتنشره.. لقد بدأت به أيام خطوبتنا وحتى الآن لم تكمله... على الأقل لأجل خاطرى.. أنت تعرف حبى لقصائده.
- ● ربنا يوفق.. إن شاء الله، لكن هذا الديوان لا سوق له.. وهو أصعب على الفهم وكئيب.

كانت صدمة لى أن يقول هكذا على أروع ما كتبه.. وانتبهت أنه ربما فى حالة عقم، أو هى حبسة الكاتب.. وانتبهت أن هذا ليس زوجى الذى تزوجته.. لقد تغير.. ليس هذا كتلة الحس والحماس.. ليس هذا

"أمير الحس" كما كنت أدعوه.. تحفتى الوحيدة الحية الأصلية ينقشع عنها بعض الغبار فأتبين مواطن العيب.. وكلما تمر الأيام ينقشع غبار جديداً مخلفاً عيباً جديداً.. وفى كل مرة أكتشف أن علاقتى بأطفالى تسوء، وأنى لم أعد أحاكى تحف المحل، ولم أعد أنسج حكاياً جديدة، حتى إحساسى بالشعر أصبح يضجرنى، أصبحت باهتة أنا أيضاً.. أنا أيضاً لم أعد أنا. تحولت عيناى عن الدنيا والأشياء وانقلبت للداخل، لداخلى وداخله، وسلطت على حياتنا.. أنقب فيها أفلسفها، أبحث عن الأسباب.. ماذا يحدث لنا؟

اليوم عيد زواجنا السابع.. أتوجس من هذه السنة.. يقولون "أزمة السنة السابعة"، فعلاً... فى عامى هذا أكتشف أهم الأشياء...

أكتشف أنى استبدلت كل تحفى الصماء الجميلة بتحفة حية من لحم ودم هى زوجى.. أصبح بديلاً عن كل الأشياء، وأصبحت أسيرته، وكان هذا يكفينى.. ولكنى لما اكتشفت أن هذه التحفة ليست أصلية، مليئة بالعيوب والشروخ والضعف، أسقط فى يدى.. إنكسرت روحى أنا أيضاً فلا سبيل للعودة للتحف، والأشياء، و لاسبيل لجعله تحفة أصلية.

ولكن ماذا عن أول عهد الزواج؟!!، إنه كان مأخوذاً.. فهيمن عليه الشعر.. وأحب بصدق، ولكنه كان حباً كفقاعة الصابون أيضاً.. سرعان ما حملتها الرياح بعيداً... أو ربما فجرتها، مشكلتى أنى حقيقة أهوى كل ما هو أصيل.. أسيرة الأصل وكارهة لكل ما هو تقليد... وهو الآن رجل تقليد... تحفتى الأصلية التى تزوجتها اكتشفت أنها مزيفة... عندى رعب من فتور الزيف، أن يجرجرنى إلى وادى موت الأحياء الذين يذهبون للعمل ويفاصلون فى الأسعار، وينغمسون فى حفاضات الأطفال.. هذه هى أزمة حياتى الحالية- وقتها-.

أنا لا أعرف الدعة.. فحاولت فى كل اتجاه.. الود.. الغضب.. الهجر.. الدفع.. الاستكانة.. اللعنات.. الاعتصام.. الجنس.. نفضت الغبار عن نفسى وقررت الحياة وحيدة.. الطلاق النفسى.. الطلاق ولكن تحت نفس السقف.. لا شيء يحركه، فالتحف المزيفة لا أذان لها.. محاولاتى هذه دامت ثلاثة أعوام ولم يبق إلا باب واحد لم أطرقه.. باب الطلاق.. والحق يقال أنى طرقت كل الأبواب السابقة برفق، أما عند الطلاق فقد اقتحمت بابه بكل عنف الرغبة فى الحياة والهرب من الزيف، بكل رغبتى فى نفض الغبار عن الحياة، فلم يستغرق الأمر شيئاً.. أنا مطلقة.. أنا حرة.

أخذت عاماً آخر لأنظف نفسى من غبار معركة الطلاق ومن جروح حرب الطلاق الباردة ومن غبار الزواج. أنا هنا مرة ثانية، فى خان ألف ليلة وليلة، أصالح تحفى وأصدقائى القدامى، أعود للچينز ومنديل يدى ومداعبة حفر الطاولات والتماثيل.. رويداً رويداً أتلمس نفسى التى

كانت وأداعبها كأنى أعوضها ما فاتها فى عشر سنين.

ومن آثار معارك الطلاق أنى تنازلت عن حضانة طفلى له ولكنى أراهما يومين أو ثلاثة بالأسبوع، سويعات.. لكنها أى سويعات، فأنا أصحبهما معى للخان، أحكى لهما قصصاً منسوجة فى رأسى منذ سنين حول هذه التحف.. علاقتى بهما فى تطور.. فعندما عدت لنفسى أصبح الوقت غير مهم- فدقائقى معهما كفيلة بارتوائى وبنائهما.

أشعرأن أمومتى الآن أفضل وأنضج وأصدق، وأنى إنسانة عدت حقيقية.. لم ألعن الطلاق ولا الزواج، ولا كرهت زوجى السابق، ولا ندمت.. حتى عندما اتهمنى بأنى مغتربة، أهوى الأشياء وأخشى الناس، بل و"أرى" الناس فأجعلهم جمادات.. ابتسمت.. وقلت فى نفسى: "يا لجمال الأشياء.. يا لجمال الأشياء".

ابن عمرى؟

أنا جهاد الصومى.. صحفية.. عمرى ألف عام ولكن وثائقكم كسرت حاجز الأربعين منذ عامين.. يا لمنتصف العمر!!.. تربيت على الكفاح منذ نعومة أظفارى حتى اقتنصت مكاناً لى بين الناس.. ولأنى كنت أشعر أنى امرأة بلا وطن.. أتسكع بين الصحف والبشر.. تزوجت.. بل أحببت فتزوجت.. فأصبح لى سقف ووطن وإلف..

ومع الأيام تعودت وجودى تحت سقف بيتى وانحسرت حرارة الوطن الدفء وبرودة، والإلف تمرد.. هو بطبعه متمرد.. رجل ككل الرجال.. استكان أول سنين الزواج فقط.. وبدأنا نحن الاثنين نكتشف أن الزواج

مؤسسة اجتماعية فاشلة.. رأيت الملل يتسرب إلى نفسه وهو يطالبنى بأن أكون له فى كل يوم امرأة جديدة.. أنا لا أستطيع ذلك.. إستسلمنا نحن الاثنين لتسرب العمر من بين أصابعنا يوماً بعد يوم.. حتى أدركت أننا لا نعيش الزمن إنما الزمن، هو الذى يعيشنا.. ومع كل يوم ينقضى تزحف علينا غيمة شتوية رمادية كئيبة.. وتحت الغيوم أحاول أن أتجدد لأحقق له مقولته المحببة "الزوجة الصالحة هى سيدة صالون، وطاهية- يقصد خادمة- فى المطبخ وفتاة هوى فى غرفة النوم". ولأنى لم أستطع تحقيق مقولته كما يهوى، لم أعد أحاول إيقاظ الحب استجداء لقبول آرانى على هذا المستوى.

بصدق، كانت طموحاته دائماً أعلى مما أستطيع.. كلما أنجزت فى اتجاه أراه يسخر طالباً المزيد.. كان كالحكم يطالع من بعيد، ثم يصدر حكمه القاسى بأن هذا ليس كافياً، حتى لو لم يتكلم.. فأنا أستطيع قراءة عينيه وعدم الرضا يملؤها عندما لا أجيد تمثيل دور فتاة ليل معه.. وآه من عينيه وعدم الرضا.. وكأن عينيه ماء بارد عفن ينسكب على روحى فيطفئ فيها كل جميل.. كنت أشعر بالمذلة وأنا أستجدى كلمة شكر على أى شيء أقوم به... جعلنى أصدق أنى فاشلة فى كل شيء رغم أن هذا الإحساس لم يخامرنى لحظة واحدة قبل الزواج.

حيرنى هذا الإلف الذى كان... هل أنا فاشلة أم أن هذا طمعه؟ هل هذا طمعه أم أن هذا هو صنف الرجال المتاح فى هذا الزمن؟ مشكلتى أنى لم أصدقه فقط، ولكنى أدركت وآمنت بفشلى، وكتبته مراراً على الأوراق.. فشلت فى إنجاب طفل.. الطفل الحلم القديم.. فشلت

كزوجة كنت أرسمها فى مخيلتى طيلة صباى.. الزوجة الشقية.. المتجددة.. الرقيقة.. الصديقة.. فشلت فى أن أحافظ على عملى، فتحولت من صحفية تنبض صدقاً وحركة واجتهاداً إلى موظفة بالجريدة.. فشلت أن أكون الإنسانة التى طالما تمنيتها.. عنيدة.. مليئة بالحياة.. واستسلمت للفشل كفكرة وجودى الرئيسية.. أسقطها على الأوراق مراراً كجمل يجتر المر.. استسلمت لهذا الوجود بعد مرات عديدة من مناطحة طموحاته الصلدة، ومرات عديدة من محاولة تسلق حائط طموحاته الأملس.. وعددت أن هذه هى بداية النهاية..

ومع تتابع الغيوم الرمادية والأيام الرمادية والأحداث الرمادية أصبح كل شىء بلا طعم ولا لون.. النوم كابوس.. العمل ملل.. البيت بؤرة أحزانى.. أحسست أن المسألة تخرج من يدى.. ولم أهتم رغم تعليقات الزميلات عن نظرة عينى، وعن عدد الكيلو جرامات التى فقدتها آخر عام، وعن بشرتى التى أصبحت بلون الصدأ.

لكن لما غابت عنى دورتى الشهرية لثلاث مرات- دون حمل طبعاً فأنا عاقر- بدأت أهتم.. ذهبت لطبيب النساء- أولاً.. بلا اقتناع.. ثم لطبيب الأمراض النفسية وكلى استجداء وأمل. الطبيب عيادته فخيمة، وزبائنه كثيرة ووقته قليل، وأنا همى كبير.. حاولت أن أسرق لنفسى من وقته دقائق لأحكى حكايتى.. إلا أنه يلاحقنى بأسئلته عن النوم والمزاج والشهية.. ويكتب.. عيناه على قلمه وأوراقه.. لا أعتقد أن عينيه الزجاجتين وقعتا على وجهى أو تتذكرا ملامحى.. تنهد وهز رأسه وكأنه عثر على ضالته.. كتب الوصفة، وميعاد المراجعة، وأعطانى إياها،

وابتسم، ووقف ليودعنى وهو يقول كلمات اعتقد أنها ستطمأننى.. تنهدت يائسة.. أخذت وصفته وخرجت.

طبعاً لم أشتر الأقراص التى أسماها مضادة للاكتئاب، فأنا لا أحتاج لمضاد للاكتئاب، أنا أحتاج غسيلاً للروح. ومن يأسى قررت الأمل.. قررت أن أحيا ولو بالقوة.. استجمعت بقايا الروح غير المغسولة وبدأت الحركة.. فلأبدأ من منزلي.. وبدأت. كانت أولى خطواتى فاشلة.. تماسكت وكانت الخطوة الثانية فجائية.. في وسط العمل غامرنى الشعور بوجوب اتخاذ خطوة جديدة فاشتريت زهوراً، وحاولت.. رغم تثاقل جسدى- أن أمشى بخفة وكأنى أطير.. نفسى كانت تحدثنى بخطة رائعة أن أسبق زوجى للمنزل باقى ساعات حتى يعود سأرتب بعض المنزل وأطهو وأتجمل.. ودخلت شقتى بنفس الخفة.. دهشت لوجوده بالمنزل في هذه الساعة؛ سمعت صوته ؛فتقدمت لمكان الصوت.. حجرة النوم.. رأيته يخوننى.. رأيتهما لم يدركا وجودى من فرط انشغالهما.. تسمرت ثوانى.. لا أدرى لماذا لا أصرخ أو أفضحهما.. أو حتى أدعهما يدركان أنى رأيتهما.. لا أدرى لماذا انسحبت سريعاً جداً وكأنى أسرق، وأعدت الباب كما كان وخرجت وأخذت زهورى معى.

الحقيقة أنى لا أستطيع وصف هذه اللحظة، أقرب ما يمكن أن أقوله: إنى كنت مملوءة حتى الحلقوم بكل المشاعر لدرجة أشلت تفكيرى.. لدرجة أنى لم إذرف دمعة واحدة.. كانت تسيطر على فى كل خطوة وعلى درج السلم عبارة واحدة "يا ابن الـ..." لم أجد مكاناً ألجأ إليه إلا غرفة مكتبى بالجريدة.. وهناك تكورت فى ركن كالجنين.

عندها بدأت دموعى تجرى من عينى.. وشريط الذكريات يجرى أمامى.. كل الكلمات المعسولة أيام زمان.. كل المناورات بيننا فى السنين الأخيرة.. كل الكلمات اللاذعة الذابحة.. لا أدرى كم مر على من الوقت وأنا قابعة هناك فى الركن.. لا أبالغ لو قلت أنه كان أهم أيام حياتى على الإطلاق.. فبينما الدموع تنهمر وتغسلنى حدث كل شيء.. حدث شيء غريب لى هناك.. يمكن أن تسميه لحظة صوفية ممتدة غيرت بصيرتى.. أو هو شيء كالاغتراب.. أرى شريط ذكرياتى وأنا منفصلة عنه كأنه لا يخصنى.. فى هذا الركن رأيته بشكل مختلف ورأيت نفسى كذلك.. كل الأحداث تمر أمامى فى وضوح غريب ويعاد ترتيبها تلقائياً.. فأكتشف أنى كنت ضحية لا أكثر، على الأقل لبعض الوقت، وعرفت أنى لم أكن فاشلة أبداً.. إنما هو من أقحم هذه الفكرة على تفكيرى وأصر عليها، ودعمها طوال حياتى...

«منى» ليست بديلة

طرقتان واضحتان على بابى.. يدخل الرجل منحنياً انحناء سعاة المكاتب يبتسم ابتسامة كلها لزوجة.. يشهر فى يده ورقة مطوية.. وفى تأدب مبالغ فيه حيانى.. وفى تأدب جلس.. بذلته الشتوية الثقيلة فى عز الصيف تذكرك بالحفريات.. ولتكتمل الصورة الكوميدية كان مصراً على ربطة عنق مهترئة.. ذكرنى بالأستاذ "حمام" – نجيب الريحانى– فى فيلم غزل البنات قبل الهندمة طبعاً.

- خيراً إن شاء الله؟!!. أخوك العبد لله محمد صادق الصواف .. موجه أول فى اللغة العربية قالها فصحى مشكلة معطشاً الجيم بداخلى

يتردد (يا فتاح يا عليم يا رزاق يا كريم)، علاقتى بمدرسى اللغة العربية كريهة منذ المدرسة الابتدائية، ووجدتنى أتخذ موقفاً عدائياً منه أيضاً.. يا ستار يا رب.

■ أهلاً وسهلاً.. ما المشكلة؟. ابنتى (منى).. وهى معى فى الخارج مشيراً لغرفة الاستقبال- عشرون عاماً، وطوال عمرها هى فرحتى وفرحة البيت، بل والقرية.. الأولى على المدرسة كل الأعوام.. أدبها وأخلاقها وكمالها مثار غيرة وحديث أهل بلدتها.. حياتها الطاعات والعبادات والاستذكار .. تمشى لا تسمع لخطواتها دبيباً.. تتحدث همساً.. هى منى العين وأملى فى الحياة.. منى هى التى خرجت بها من الدنيا رغم أن لى تسعة أبناء وبنات غيرها.. وآسفاه فقد أخفقت عامين متتالين فى الثانوية العامة..هى..

■ أأتيت لى لأنها رسبت؟

لا ليس بالضبط، إلا أن هذا واحد من الأسباب، وبدأ يفتح الورقة المطوية ليقرأ منها.. "فى ١٩٩٣/٩/٢٣" بداية البداية إستيقظت فزعة إثر كابوس فهدأتها بأن استعاذت بالله من الشيطان الرجيم، وتفلت على شمالها ثلاثاً ولكن فى الصباح كانت عنيدة جداً ترفض الذهاب للمدرسة.. ولما لى من قدرة على الإقناع بصفتى تربوياً ناقشت معها الأمر، واصطحبتها للمدرسة.. وفى ١٩٩٣/٩/٢٧ بدأت ألحظ أنها تتقلب كثيراً فى الفراش مؤرقة.. وفى ١٩٩٣/٩/٣٠ لاحظت أنها بدأت تخطف الصلاة خطفاً كالطير ينقر الحب.. وفى ٢أكتوبر ٩٣ رفضت المدرسة ثانية وأقنعتها ثانية ومن هذا التاريخ ألاحظ شرودها وقلة

تركيزها.. بالمناسبة معى تقارير مفصلة عن حالها فى المدرسة، أخذته من أبنائى مدرسيها لما لى عليهم من بعض فضل.. ها هى التقارير. أخذت التقارير وركنتها على مكتبى. سألنى: هل ستقرؤها أولاً أم أكمل أنا ورقتى؟ ولم يدع لى مجالاً للاختيار وعاود "فى ١٠/١١/١٩٩٣ وكان هذا يوم..." أوقفته بحزم فأنا أدرك أنى لو تركته يقرأ فلن ننتهى في يومنا هذا ولن يعطينى وقتاً لابنته، خاصة وأنى كنت قد لمحت زحاماً من التواريخ المتراصة بشكل مزعج.

■ لا.. لا.. أعطنى الورقة.. سأقرؤها لاحقاً.. نادى أنت على (منى) من فضلك. أنت لم تعرف عنها بعد شيئاً فاسمح لى بكلمة موجزة أخيرة قبل أن أناديها.. أعتقد يا دكتور والعلم لله وحده أن (منى) تعانى من الاكتئاب النفسى التفاعلى المصحوب بوسواس قهرى جنسي.. كيف يا دكتور!!.. أنا أقول لك وأعوذ بالله من قولة أنا.. رسوبها لعامين سبب لها نوعاً من الإحباط فولد عندها يأسا، ولأنها بطبعها وفطرتها مؤمنة أصبحت فريسة الصراع بين اليأس والرجاء، فكانت النتيجة النهائية الاكتئاب كرد فعل وأنت سيد العارفين فلكل فعل رد فعل مساو له فى المقدار مضاد له فى الاتجاه.. ونتيجة استسلامها للاكتئاب وبعدها عن ذكر الله ليكشف الضر أصبحت فريسة سهلة لوساوس إبليس، فوسوس لصدرها بوساوس جنسية دنسة ليمنعها من استكمال الطاعات يتراءى لها صوراً عارية وهى تصلى، بل وأشياء تتلمس جسدها بطريقة خاصة والعياذ بالله.. لا تقلق فقد كشفت عليها وأعلمتنى الطبيبة أنها ما زالت بكراً والحمد لله.. وهذا كله

نتيجة شدة الذكاء، فأنت تعرف أن الشيء إذا زاد عن حده انقلب إلى ضده.. هذا هو تحليلي لحالتها بناء على مشاهدات دقيقة طوال عامين.. أرجو أن يكون قد جانبني الصواب وأن أكون قد أوجزت لك الحالة.. ولا تعتبر هذا تدخلاً في صميم عملك.. أعذرني فأنا أب قلق على قرة عيني.

هنا كان قد بلغ مني الغيظ مبلغاً فاستحال أن أتعاطف معه.. إستحال.. أحسست أني لو في مكان ابنته لقتلته أو انتحرت.. كيف لا ناس يحتملون مثل هذا الرجل عمرهم كله ولا أستطيع أن أحتمله أنا نصف ساعة... والله لا أدري هل استطعت مداراة هذه الأحاسيس السلبية بالغيظ أم لا.. اختمرت بداخلي فكرة أرهقها علاجاً فهو يؤمن أنه سيد المعالجين والمشخصين وأأمنهم على ابنته وأنه كان قد تنحى أحياناً فقد تنحى لحجاب أو رقى أو فك عمل.. اختصرت الطريق سألته عن المعالجين غير التقليديين؟ ذكر لي القليل وأفهمني أنه لم يصحبها لمشعوذ قط فمن أتى عرافاً وصدقه فقد كفر بما أنزل على محمد، وكل الذين زارهم هم من أهل المعرفة والمكشوف عنهم الحجاب رجال تقاه... وأكد لي أن المسألة بالدرجة الأولى ليست نفسية وإنما هذه الأعراض النفسية نتاج مس أرضي..

ورغم ثقتك هذه تأتي لطبيب نفسي؟ أنا أطرق كل الأبواب وأستوفي معالجة الأسباب والتوفيق بالله وأن أحد من زارهم قال: إن حالتها نفسية وأشار علي بالطب.. كان هذا منذ عام ونصف. لنرى (منى) إذاً. خرج إليها ليناديها، ودخل مصطحبها ويعرفنا ببعضنا.. "هذا يا (منى) عمك أحمد أخ فاضل وصديق عزيز جئت أستشيره في

موضوع خاص بى وتطرق الموضوع إليك فطلب رؤيتك وها هو فلا تخفى عنه شيئاً" . . لقد زودها هذا الرجل. . فاض الكيل. . قررت أن أرد له الصاع صاعين. فقلت: يا "منى" أنا طبيب نفسى وأنا لست فاضلاً عند والدك ولا صديقاً له ولا أخاً ولا عزيزاً ووالدك أتانى بخصوصك أنت. . بخصوص ما يحدث لك منذ عامين. . أسقط فى يد الرجل وتململ وهم بالرد ولملم نفسه وحاول أن يقلب كلماتى كأنها مجرد مداعبة وأننا أصدقاء قدامى. . لم أهتم. . فمنى كانت قد التقطت الرسالة ورمقته بنظرة أفهمها جيداً، لماذا تتعثرين فى الدراسة رغم تفوقك السابق؟ أنا ما زلت متفوقة فقد حصلت العام الماضى على ٨٦٪ والعام قبل الماضى ٨٣٪ ورسبت فى العامين فى مادة واحدة وها أنا للعام الثالث فى نفس الصف بسبب نفس المادة. أى مادة؟ اللغة العربية، اللغة العربية- مستنكراً بشدة أو أدعى الاستنكار فكان هذا متوقع جداً- واستدرت إليه متسائلاً "حضرتك قلت لى إنك مدرس" لغة عربية!! أليس كذلك؟!" أى نعم. . موجه أول لغة عربية وهذه هى المصيبة. . هززت رأسى فقط وكادت الشماتة تقفز فداريتها. . فى هذا الوقت بدأ يتضح استنتاج أن مفتاح هذه البنت هو هذا الرجل، أو أن أهم جزء فى المرض هو عدوانيتها عليه تمارسها بكل وضوح وكأنها تصفعه أكبر صفعة فى حياته بأن تنجح فى كل المواد إلا اللغة العربية ومتى فى الثانوية العامة، ورسوب من! منى أمله فى الحياة. . رغم كل هذا المجهود معها خلافاً على إخوانها وأخواتها. . إنها ليست عدوانية وحسب، إنما هى تقتله ببطء. . إنها صفعة على القفا. . ضربة فى صميم وجوده. . ياه. .ياه. . حاول أن

يستطرد فأوقفته بحزم بل وصرفته من الغرفة رغماً عنه فالوقت الباقى من حقها.. تنفست أنا الصعداء وفاتحتها.، كلمينى عن والدك؟ انتظرت لأسمع سباً فيه ولكنها قالت قصائد مديح.. كم سهر جانبها.. كم استيقظ فى غير أوقاته ليوقظها لتذاكر.. كم أفنى عمره من أجلها.. كيف يفضلها عن أخواتها بل عن الدنيا.. كيف يقرأ كل المناهج الدراسية ويشرحها لها حتى المواد التى لا يفقه فيها شيئاً... حقاً كانت طريقته فى نطق اللغة الإنجليزية بالتشكيل مضحكة إلا أنها تعرف اجتهاده.. يهتم بكل شئونها الصغيرة شئونها الخاصة حتى النسائية منها.. يصحبها للمدرسة.. يعد لها الكركديه أثناء المذاكرة.. وهو.. وهو.. وكم وكم..

ورغم أنى رأيت هذا فرط تدخل ولزوجة مقبضة إلا أنى قبلت مؤقتاً ألا ترى إلا هذا الوجه من أبيها إلى أن يأذن الله، جلسة، وفى كل مرة أحاور وأحاول أن أجعلها ترى وجه أبيها الآخر ولا أفلح وفى كل مرة أصر إصراراً أن وجه أبيها القبيح موجود وأراه أنا بوضوح لماذا لا تراه هى إذاً؟!، أكاد أستسلم، حتى جلسة علاج جمعتنى بها لم أكن أنوى فيها شيئاً خاصاً.. وكنت أتعامل مع شاب صغير أخذ دور أبيه القاسى فكان التفاعل بيننا فاتراً فاقترحت منى أن أكون أباً رقيقاً لكنه مزعج برقته... أدركت أنها تشير لأبيها.. فلعبت هذا الدور مع الشاب، أكملت معى وأخذتنا الحماسة، أنا أزداد لزوجة وسخفاً وتدخلاً فى شكل رقة تكاد تكون أنثوية مؤدبة وكان التفاعل أيضا فاترا فأخذت هى دور الشاب وهى تزداد شراسة حتى أنها تهيننى بألفاظ خارجة غير متوقعة من هذه

الفتاة المرعوبة.. عيناها تزوغان وكأنها مغيبة أو منومة تنتفض وتتصبب عرقاً.. تتقيأ قائلة: "أنت تثير الغثيان.. أنت (مقرف).. والله العظيم قليل عليك ما يحدث لك.. يا أعمى أنا لست بديلة"، وانفجرت منطلقة من الغرفة وما زال يلوث ثيابها القئ والدموع ولم يستطع أحد أن يلحق بها.. تركت المجموعة كلها في حالة ذهول حاولنا نكمل فلم نستطع وأشار على مريض أنه لو يعرف بيتها فسيذهب إليها لأنه قلق ألا تعود مرة أخرى.. وبقيت أنا طوال اليوم محيراً قلقاً بما قالت.. لم تكن تمثل دوراً، بل كانت نفسها تحدث أباها وبصدق للمرة الأولى.. ربما والدها يثير غثيانها.. ربما يستحق ما يحدث له.. ولكن هي بديلة من ولمن.. لم أفهم.. كان يؤكد ظنوني أنها كانت قد نادتني في ثورتها بالأستاذ كما تفعل مع أبيها.. وكعادتي حاولت أن أبحث عن الجانب الآخر وقلت لنفسي: هذه لحظة رؤية وبصيرة صادقة لكن جرعة الوعي كانت مفاجئة وغير محتملة فانهارت، لكنها قد تكون لحظة انفراج في أزمتها.

جاءني الأب في اليوم التالي هائجاً كالثور يسألني عما صنعت بابنته وأخبرني بأنها انتحرت وأنها الآن في المستشفى منذ ليلة أمس ابتعلت علبة الأقراص كاملة.. بعد أن وصلت إلى البيت في حالة انهيار.

حمدت الله أنها لم تمت وحاولت طمأنته وأن هذا بداية الفرج.. حاولت.. حاولت.. لكن الرجل جاء لينتقم فعكست الأضواء وأنا صاحب اليد العليا فأخبرته أنها الآن في الطوارئ وستحول اليوم أو غداً لقسم الأمراض النفسية وهو يعلم موقعي في هذا القسم وهذه الحالات تعتبر حالات جنائية وتقرير المستشفى يرفع للنيابة فبدأ يفهم ما أرمي

إليه.. تحول لوجهه الأول المتأدب- اصطحبته- مدعياً الطيبة- لقسم الطوارئ وفعلاً تم تحويلها للأمراض النفسية.

بغض النظر عن النتائج فلقد بدأت أولى خطوات النتائج من المستشفى.. أتيحت لي فرصة للتدخل والفهم حاولت كثيراً التصالح مع أنماط هذا الرجل ولم أستطع حتى الآن.. حاولت أن أفهم كلمتها "أنا لست بديلة لأحد"، ولم أفهم، ولكن يبدو أنها كانت بديلة عن كل الإخوة والأخوات، فهم في عين الأب مجموعة من الفاشلين والنجاح البديل عند منى وربما هي بديلة للأب نفسه تصنع ما فشل في صنعه.. وربما هي بديلة للأم بمعنى ما نعم.. فهذه العائلة جعلتني أرى تركيبة زواجية أخرى غريبة.. الأم فيها غير موجودة تقريباً فبالكاد تغسل ملابسهم هذا إن حافظت على الألوان لا تبهت.. وبالكاد تطبخ بلا اهتمام.. لا تتدخل فيما لا يعنيها ولا فيما يعنيها.. لا يعنيها شيء... وجودها أشبه بمرضى المستشفيات العقلية المزمنين وبلا مرض عقلي فعلي، يقول عنها الأب: إنها أمية لا تقرأ ولا تكتب ولا تفهم.. تقول عنها منى: إنها حتى ليست حنونة فلم ننتبه يوماً أن نفتش عن حنانها.. اضطر الأب أن يلعب دوره الرجولي ودورها النسائي في التربية.. وأعتقد أنه فشل أن يلعب أياً منهما فأصبح رجلاً لزجاً.. وفشل مع الأبناء الواحد تلو الآخر حتى أتته منى ليضع همه فيها بديلاً عن كل الدنيا وكأنه يراهن عليها.. فشلها هي الأخرى يعلن فشله الحقيقي وبالغ في هذا فكان وجوده ثقيلاً عليها.. حرمها الطفولة والمراهقة أخذ يدفع في إتجاه الدين والتعليم وكأنه يجري بخيل سباق.. حتى تعثر هذا الحصان

فتمرد بجنون، بكل قوته كان يرفس صاحبه فيقتله. وبغض النظر عن نجاحها الآن أو زوال أعراضها تماماً فلا أنا راض ولا هى راضية... فلا الأب ولا الأم يمكن أن يقعا تحت طائلة العلاج.. ولا هى ولا أنا تصالحنا على مدرسى اللغة العربية... فعذراً لهم.

(مفرمة الشئون الصغيرة)

ما زال المشهد يعلق بذهنى بحيوية متجددة.. مشهد يلفه الغموض وكأنه جزء من حكايات الأطفال الأسطورية: طفل فى العاشرة من عمره يجلس إلى جانب أمه فى حديقة الحى يتكئ على جانبها الأيمن، تلف كتفيه بذراعها اليمنى وتمسك كتاباً بيسراها، لا أدرى إن كانت تقرأ له أم هو الذى يقرأ. كانا شخصيتين غريبتين يثيرا اهتمام الحى كله.. جميلة هى الأم وجميل جداً ابنها... تصطحبه معها فى كل جيئة وذهاب. لم يكن وسام (هذا الطفل) يلعب معنا ولم يكن يعيرنا أى انتباه.. لم يكن يزورهما أحد.. وكان بيتهما يلفه نفس الغموض الأسطورى. كانت كل مشاهدهما معاً تداعب خيالى بين الحين والحين، وكنا-كأطفال- ننسج حكايات كثيرة عنهما.. لم أكن أشارك نسج الحكايات،

ولكنها كانت تقع منى موقعاً لا أنساه. ومن خلف زجاج شباكى كنت أتابعه يمشى مع أمه كل عصر.. لم أكلمه أبداً، ولا أعتقد أن أحدا من أطفال الحى كان يستطيع أن يصل إليه.. كان كأمير قصص الأطفال فى برجه، وكنا كبنات الحطابين نصبو إلى أن يحرك عينيه فى اتجاه واحد منا.

وأكبر أنا، وأتغير، وهذا الجزء الذى يشغله ويسيطر عليه داخلى يكبر أيضاً.. كنت أحبه، باختصار نعم... كنت متيمة به. لا أصدق أننى أكلمه حتى أصبحت فى الثامنة عشرة من عمرى، كان أول عام جامعى لى، وكان هو يوشك أن يترك الجامعة.. أذكر دقات قلبى وحمرة وجهى وارتباكى عند أول كلمات قلتها له.. أذكر أدبه ورقته.. كاد الحلم أن يتحقق.. ودفعت بالحلم ليتحقق.. ناورته.. حاصرته.. تصيدته.. وأخذ شيئاً مشتركاً ينمو بيننا... ليست مجرد كلمات أو أحاديث.. كان حبى له كجنين من الجمال.. كلماته تتوهنى.. كانت بداخلى رغبة عارمة أن أمسك بخناقه وأهزه بعنف لينطقها.. انطقها يا أخى هذا كثير على.. قلها.. أحبك.. ياه.. أحياناً كنت أتمنى ضربه لأنفض عنه غبار التحفظ اللعين الذى أذلنى.

وقالها.. بعد عامين.. ولن أحكى عن هذا، فهذا ما لا يحكى عنه، أخيراً، وبعد اقتحام قلاعه، جاء يطلب يدى.. وقبيل الزفاف كانت لنا أحاديثنا الليلية عبر الهاتف التى كثيراً ما تستمر طوال الليل.. أحكى له عنى، ويحكى لى عن أمه وروعتها، ولم أكن أتخيل أنه يمكن أن يكون هناك مثل هذه الأم، أم يتوفى زوجها بعد عامين فقط من الزواج، فتكرس حياتها لابنها فقط.. جميلة، مرغوبة، ولكنها ترفض أن يقترب

أب جديد من ابنها.. ضحت بشبابها من أجله.. أصبحت له كل شيء في حياته حين أصبح هو كل شيء في حياتها.. واكتفيا ببعضهما عن كل العالم الخارجي.

كانت كلماته تجلعني تواقة للانتقال إليهما، والعيش معهما في هذا الجو غير العادي.. أحاديثنا الليلية كانت تطول حوله وحولها وحولي، وحول أحلام الغد الوردية.. شعرت أنني أكثر بنات العالم حظاً ليرتبط بي "وسام"، وشعرت بحظي لإمكان العيش معهما.. فقد كانت تبهرني حكايته عن علاقتهما، خاصة هذا الرباط غير المرئي بينهما الذي كان يسميه قلب الأم وكان يسميه الحاسة السادسة، فكانت تستيقظ منتصف الليل لتذهب إليه قلقة فإذا هو يبدأ آلاماً في المعدة.. وكانت تستشعر قدومه من الجامعة قبيل اقترابه من المنزل.. وكان يدرك أنها أعدت نوعاً ما من مأكولاته المفضلة دون أن تقول له.

تعرفت عليها قبل الزواج طبعاً.. كانت كما قال بالضبط، إلا أنه كان هناك شيء ما لم أدركه صنع قليلاً من عدم الراحة بيننا.. اجتهدت كي أعرفه، وكانت توقعاتي صحيحة وواقعية.. نفس أحاسيس أية امرأة ارتبطت بابنها كل هذا العمر، ثم تأتي إليها أخرى من الخارج لتستحوذ عليه.. شعور غير مريح، ربما كان هذا أقرب التفسيرات، لكنني كنت أعرف أني قادرة على التعامل معه، فأنا أثق من حبي له، وحبه لي، ومن تفهمها ونضجها وحبها له، ورغبتها في إسعاده، فلم أعر لهذا الشعور الكثير... وكان الزفاف.

في صباح أول أيامنا معاً كانت هناك نظرة متبادلة بينهما لها مغزى

خبيث، ثم انفرجت أسارير الأم فكدت أموت خجلاً.. لا أدرى هل إنزعجت من تدخلها فى أخص خصوصياتنا.. لا أعتقد.. ولكنى أعتقد أن انزعاجى جاء من هذه اللغة الخاصة التى يتبادلانها دون كلمات.. أنا حتى لا أدرى لماذا انزعجت. ولكن لما أعرفه عنهما وجدت هذه اللغة غير المنطوقة مبررة جداً.. إذاً لا غضاضة.

الزفاف كان بداية مرحلة أسميتها بعد ذلك مرحلة الشئون الصغيرة.. مثلاً.. نشاهد التليفزيون وعند مشهد ما، وفى نفس اللحظة، ينظران لبعضهما، وكأن هناك شيئاً متفقا عليه بينهما، شيئاً ما فى تاريخهما يعرفانه هما وكأنى غير مسموح لى مشاركتهما هذه اللحظة المشتركة.. عادى.. هذا شيء غير مهم.

كانت أمه تريد راحتى بكل الطرق، فلم تجعلنى أدخل المطبخ وكثيراً ما قالت لى :- ارتاحى أنتى.. حتى عندما كنت أرغب فى صنع أكله محببة له كانت تمنعنى بكل لباقة متعللة بأنها تعرف نوع أكله وما يحبه وما يكرهه فأتراجع. مواعيد عمله ومقابلاته تعرفها جيداً، وتذكره بها كلما حان ميعاد، وما كنت أدرى عن كل ذلك شيئاً. ملابسه تنظفها بنفسها.. أدخل عليهما وهما يتحدثان فيتوقفا عن الكلام أو يتهامسان.. وكأنهما لا يريدانى أن أسمع أو أشاركهما، فأنسحب... هذه مجرد أمثلة للأمور الصغيرة التى تتكرر كل يوم.. أمور بدت لى كبيرة وخطيرة رغم صغرها.. كل أمر منهما ينحينى جانباً، حتى شعرت ألا مكان لى فى هذا البيت، وأن وجودى على هامش حياتهما أمر لا يطاق وكلما تبرمت تعللا بمحاولتهما إراحتى، فيصبح لا مبرر لتبرمى.

كنت أشعر أني دمية جميلة موضوعة في صندوق زجاجي لا أثر فيها للحياة، ولا أثر لها في حياتهما.. أشعر كأني غير موجودة، وأنه لم يطرأ أى تغير على "وسام" بزواجه منى، وأن الأمر كان مجرد إشباع إحدى حاجاته الفطرية.. عدا ذلك فحياته كما كانت بالضبط، وحياتها كما كانت بالضبط، ورفضت هذا الدور من داخلى.. ولكنى لم أكن أستند على أى خطأ إرتكباه كى أتحدث عنه بشكل حقيقى.

أذكر بعد شهور من زواجنا، وأنا فى قمة تبرمى، حدثت أهلى فى ذلك، فانطلقت أمى فى ضحكة عالية ساخرة منى.. وقالتها لى "احمدى ربك"، وكل ما قالته صحيحاً، فـ"وسام" لا يعرف امرأة غيرى، ولا يعاقر الخمر، ولا حتى يدخن، ولا أصدقاء له يسرقون وقتى، ولم يتفوه مرة واحدة بلفظ يجرح مشاعرى، وكلما تحدث عنى أو عن أهلى كأنه كمن يقول شعراً فينا، وأسمع من الجيران أن أمه تمتدحنى حتى الغزل.. لم يطالبنى يوما بشيء.. يثق بى إلى أبعد الحدود.. رقيق هو معى رقة طفل.. نعم لا مبرر ولا حجة لى فى التبرم، وكلما ناشدت أحداً أن يفهمنى يسخر منى وأبدى حسده على حياتى هذه، ولكن شيئاً ما كنت أعرفه كان يضايقنى... أشعر أنه لا أهمية لى فى هذا المنزل.. أشعر أننا نتعامل بشكل رسمى وكأننا مجرد معارف جدد ولسنا زوجاً وزوجة، طوال الوقت يعاملنى وتعاملنى أمه- كأننا فى حفل استقبال، وكأنه قد نقل عمله فى السفارة إلى المنزل.. لا أدرى هل أن المشكلة بى أنا أم أنها بهما هما.

وبديلاً عن الركن الذى يشغله بداخلى امتلأ هذا الركن بالتفكير فى

حياتى الباردة غير المهمة... وانزلقت قدماى إلى النظر إلى الزيجات الأخرى حولى، أمضى وقتى أحسدهم على النقاش والمشاعر الجياشة، والمداعبة وحتى المناوشات.. والله كنت أحسد الأخريات على المشكلات الزوجية، تمنيت لو أستطيع كسر كل هذا الروتين وأنفرد به وببيتى وأدير كل شئونه. تمنيت أن تكون بيننا هذه الشئون الصغيرة.. هذه الشئون الصغيرة أصبحت كبيرة فى عينى.. أصبحت كل حياتى.. ولكن لا حيلة لى، فلا الأهل يفهمون ولا الصديقات يفهمن ولا زوجى وأمه يستطيعان فهمى.. أكتم فى صدرى وأسكت... وأحلم بالغد.

فجأة جاء الفرج من حيث لا أدرى... عاد يوماً من العمل حزيناً يبلغنى أنه سينتقل إلى سفارتنا فى لندن، ربما لعام أو اثنين... مشكلته أن أمه لم تستطع السفر معنا إلا فى الصيف بسبب مرض شرايين الأطراف الذى يزداد سوءاً فى الأجواء الباردة.

داريت فرحتى.. صرت أعد الأيام.. بل الساعات حتى موعد السفر. كنت أعتبر هذا السفر بداية حقيقية للزواج.. هذه هى فرصتى الذهبية

ولابد أن أغتنمها وكلما اقترب الموعد ازداد ربكة وضيقًا.. وازددت لهفة.. وتأهبا.. حاول رفض السفر والوظيفة الجديدة ولم يستطع.. وتزداد فرحتى التى لم أعد أستطيع مداراتها.. فكان يغتاظ لهذه اللهفة على السفر.. لم أهتم بربكته، فأنا متأكدة أنى سأعوضه، وأن هذه الربكة ستزول بمجرد الانفصال عن أمه، وأخيراً ها نحن نسافر، لتبدأ خططى له وللحياة الجديدة.

فى لندن امتد ارتباكه ما قبل السفر والسفر إلى الأيام الأولى.. الأسابيع الأولى.. أقول لنفسى: هذا طبيعى.. ضاعفت من مجهودى مرات ومرات لأعوضه، ولكنه يبدو حزيناً وقلقاً لدرجة لم تسمح لمجهوداتى أن تثمر.. يحدث أمه عبر الهاتف فيبكى وينهنه كطفل.. لأول مرة أراه عصبياً معى.. ألتمس له العذر.. معظم الليالى يستيقظ من النوم مرتين أو ثلاث وأحيانا فزعاً.. أحياناً لا ينام إلا ثلاث ساعات، تلى ليالى الأرق أياماً من قلة التركيز والعصبية، لأول مرة يخطئ فى عمله، ولأول مرة يلام من رؤسائه.. تحولت مجهوداتى من محاولة صنع حياة زوجية جديدة إلى مجرد طمأنته والتماس لعذر له.

حياتنا تتدهور يوماً بعد يوم ولا أرى سبباً واضحاً لذلك، كل ما يسيطر عليه قلقه على أمه.. بدأت أنزعج وأحسست أن خيوط حياتنا الزوجية تنفلت من يدى.. فشلت كل محاولاتى الأنثوية فى أن أخرجه من هذا المزاج العكر المتكدر.. حتى أصر فى ليلة ما أن نعود وليحدث ما يحدث لهذه الوظيفة الجديدة.. اندهشت جداً.. هذه الوظيفة لا يحلم بها إنسان فى مثل عمره.. هذه الوظيفة هى أهم خطوة فى عمله وأول

خطوة فى طريقه لأن يعتلى الكرسى الذى يحلم به.. أدركت أنه بهذا سيحطم حلمه ووظيفته ونفسه، وكان لزاماً على أن أتخذ موقفاً جاداً وحازماً لمنعه من تحطيم نفسه.

وقفت في وجهه، فكانت ليلة ليلاء.. تناقشنا لساعات.. قلت كل ما أريده، واجهته بكل ما أملك، وكل ما أحمل بداخلى من مشاعر.. قلت له فى هذه الليلة: إنه غير موجود بذاته.. إنه موجود فقط إذا وجدت أمه، ومن دونها هو لا شيء.. أنه يستمد وجوده وكيانه من أمه.. وأنه ليس قلقاً عليها وإنما هو غير قادر على الحياة من دونها.. شبهته بمن يرتبط بأمه بحبل سرى.. ربما كنت عنيفة إلى حد ما، ولكن هذا ما كان يحتاجه ليفيق ويستقل.. ربما جرحته.. وتخاصمنا لأول مرة فى حياتنا، ولكن لأننى لم يكن لى فى الغربة سواه، ولم يكن له سواى، لم يدم الخصام طويلاً، فتصالحنا وتصارحنا، ولكن شيئاً ما كان قد أصاب علاقتنا.. كان يتجنب النوم فى غرفة نومنا .. كان يتجنبنى أنا.. حاولت معه.. داعبته.. تحايلت عليه.. وفى كل مرة أجده بارداً مشغول البال.. كأن شيئاً ما انكسر بداخله.. لم أستطع أن أحرك عواطفه نحوى.. مرة بعد مرة يزداد ضعفاً حتى بدأ يتجنب ملامستى.. أخذ يتحدث عن رغبته للذهاب للطبيب.. طعنته فى رجولته كانت قاسية.. أعتقدت أنها مجرد مرحلة انتقالية وستمر. لا.. الأمر يزداد سوءاً بدأنا نطرق أبواب الأطباء.. والكل يجمع أنه لا يوجد عيب عضوى وأنها مجرد حالة نفسية بسيطة وستزول.. يتناول المقويات والمنشطات ولا فائدة.. ولما كنا قد اقتربنا من موعد أجازتنا قررنا اللجوء لطبيب نفسى

ببلدنا، وقد حدث.

في البداية أصر الطبيب أن نحضر ثلاثتنا للعلاج، أنا و "وسام" وأمه.. وادعى أن وسام ليس مريضاً وإنما علاقتنا نحن الثلاثة هي المريضة، فإن الزواج هو المريض.. المهم.. نفذنا ما قاله ولضيق الوقت كنا نتبع علاجاً مكثفاً. صدمني الطبيب- أول ما صدمني- بمسؤوليتي عن كل ما حدث!!، فأنا ضعيفة، لم أستطع احتواء "وسام" وتراجعت بسهولة تاركة إياه لأمه كما كان، وأني كنت أستكثر أن أنافس أمه، وهذا الدور السلبي شجع على استمرار نفس الرباط القديم بينهما.

وصدمني الطبيب مرة أخرى عندما قال لي أني لم أكن أمنعه من تحطيم نفسه!! وإنما كنت أحاول محاسبته على كل فترة زواج، وأن مشاعر الغيظ والفشل والانتقام هي التي كانت تحكمني في الليلة الليلاء، وأنني كنت أتصيد له الفرصة.

صدقت بعض كلام الطبيب ورأيت أنه يبالغ في بعضه ويبدو أن الطبيب كان يوزع الصدمات علينا، فعندما تسلم أمه صال وجال، ونبهها إلى أنها لم تتزوج ادعاء للتضحية، وأنها تعاملت مع الابن كبديل للزوج، وحاصرته، فحرمته من أن يحيا باستقلالية، وأنها صدرت له القلق قلقها هي وأنها بداخلها لم تتمن له الزواج أبداً... وأنها لم تتراجع عن الزواج لتتركه لزوجته، وإنما ضاعفت وجودها وإثبات أنها الأفضل.. وأنها... وأنها.

بصدق كنت أشعر أن هذا الطبيب حازم وقاس.. ولكنني كنت فرحة بما فعله في هذه الأم.. ولأن كل ما قاله كان صحيحاً جداً.. بدأت

أستشعر أن ما قاله لى ربما يكون صحيحاً أيضاً.. فحاولت العودة لما قاله لى لأستوعبه. ولا أدرى لماذا كنا نحتمل هذا الطبيب سليط اللسان، لكن يبدو أن شيئاً ما بداخلنا كان يشعرنا بصدقه وقدرته على الاختراق للطبقات التى لا ندريها. وعلى عكسنا لا أدرى لماذا كان رقيقاً مع "وسام" ولم يحمله إلا مسؤولية ضعفه الجنسى، وكأنه مسؤول عنه بإرادته، وأنه كان أشبه بالعدوان على لأنى واجهته أو أن هذا الضعف نتيجة قلق الانفصال عن الأم.

ولم أفهم ما هو قلق الانفصال.. مرة أخرى كان يحدثنا عن الجنة التى صنعتها الأم لوسام والتى لا يستطيع أى ابن الفكاك منها بسهولة!!. مرت الأجازة ونحن نراجع مفرمة (عيادة) هذا الطبيب ثلاث مرات أسبوعياً، وكان أمره لنا ألا نلتقى كأزواج إلا بعد السفر بأسبوعين.. توقعت أن الحالة ستبقى على ما هى عليه، وأننا بعد السفر لن يكون هناك فرصة لنلومه على فشله معنا.. ولكن الآن بعد مرور سنوات أحمد ربى وأشكر "المفرمة" فهو لم يعالج وسام وإنما تعامل مع الحبل السرى وفرمه، الغريب أنى الآن أحاول ألا أكون كأم وسام أبداً وأحياناً أبالغ فى ترك ابنى على حريته أملا فى ابن مستقل.. أحياناً أخشى المبالغة فى هذا.. سترك يا رب.

قراءة فى أوراق مريضة

فى يوم عادى جداً- بعد أجازة لمدة شهر- ذهبت للمستشفى.. كان كل شىء يبدو رتيباً.. نفس برودة الصباح.. نفس أطفال المدارس.. نفس رائحة المطهرات المنفرة على درجات سلم المستشفى

تخمد فيك أية قدرة على الانتعاش أو الاستفاقة.. نفس المرضى فى نفس أماكنهم بالحديقة.. حتى فنجان القهوة له نفس الطعم الساكن.. وها هى أم محمد الممرضة البدينة كعادتها فى كل صباح تكتم على أنفاسى وأنفاس حجرتى لتبلغنى.

"**الدكتور سالم قال لى أعطيك هذا الملف**".. دونما حتى صباح الخير قالت عبارتها وتركت الملف وغادرت، قرأت الاسم "سمية السعيد"، جناح الحريم، سرير رقم (٩) موجودة بالمستشفى منذ ثلاثة أسابيع.. وهى تحت رعاية د. نهال.. أنا لا أعرف طبيبة فى المستشفى بهذا الاسم.. آه.. ربما هذه التى تسلمت العمل فى يوم قيامى بالأجازة، وقيل: إنها منقولة إلينا معاقبة!! جال بخاطرى أن أرى المريضة أولاً.. ولأنى كنت وما زلت أشعر أنى بأجازة جرجرت أقدامى إلى ذلك الجناح متأبطا الملف.

وجدتها راقدة فى فراشها بلا حراك. شديدة النحافة..لا.. أنها مجرد هيكل عظمى يكسوه جلد مجعد باهت.. "الديتول" والملابس المبتلة والموت لها رائحة متجسدة فى المكان حول السرير.. الشىء الوحيد الذى كان يتحرك فى هذا المكان نقيطات "الجلوكوز" المتتابعة إلى وريدها.. انتابنى إحساس أنى لا أستطيع الصمود أمامها طويلاً.

"**صباح الخير يا سيدتى**" لم ترد بل لم تحرك عينيها لترانى.. مكثت برهة، ثم انسحبت سريعاً مجرجراً خيبتى وأقدامى والملف الذى يفترض أن يحوى تفاصيل حالتها، فتحته فى مكتبى لأبدأ رحلة قراءة فى أوراقها. ياه.. الحمد لله أنى ما زلت أندهش.. اندهشت لجمال الخط..

يبدو أن د.نهال تريد أن تعرض أحسن ما عندها، أو تريد أن تقول لنا أنها أتت من مكان أفضل.. وربما هي حماسة الشباب المبتدئ.. المهم لنرى ماذا كتبت.

"**سمية السعيد**" ثلاثة وثلاثون عاماً.. لديها خمس بنات.. وضعت وليدها السادس–ولداً – منذ أيام.. هذا الطفل حملت فيه كما تقول رغماً عنها، وحاولت التخلص منه في شهور الحمل الأولى ولم تفلح.. وزنها ٤٠ كيلو جراماً فقط.. منشغلة جداً باحتمال إيذاء الوليد، تتخيل أنها ربما تتقلب في فراشها فتنام عليه وتكتم أنفاسه، كلما رأت سكيناً ابتعدت عنه، لأن بداخلها صوتاً يهتف بها "اقتليه".. تكلمت عند دخولها المستشفى بطلاقة، رغم أنها كانت صامتة في البيت معظم الوقت.. ينهار جسدها يوماً بعد يوم وكأنها غير راغبة في الحياة.. تبكي بلا صوت.. ترفض الأكل.. تظل أياماً متواصلة مستيقظة.. ترفض كل مساعدة.. لا تعتني بوليدها.. أدخلوها المستشفى رغماً عنها خوفاً على الطفل ثم عليها.. أو لأنها بدأت تهذي بما لا يفهم".

أعجبت بطريقة وصفها للحالة المرضية، وإلى حد كبير اقتنعت أنها طبيبة من النوع الذي ما زال ينبض.. ثم حاولت تبسيط الأمر بقولي: إن سمية تعاني من مجرد اضطرابات الهورمونات بعد الولادة، وأن بعض العقاقير كافية لحل المسألة.

ولكن، لماذا تفكر بقتل هذا الولد الذي أتى بعد خمس بنات؟!، هل هي فعلاً تريد هذا؟.. ربما كانت فكرة قتل الوليد في حد ذاتها مدهشة

ومزعجة.. نعم، الوساوس قد تشمل أى شىء لكن قتل رضيع!!، هذا ما أستغربه.. ربما الطفل فى حد ذاته ليس هو المقصود؟ أتخيل أنها من المفروض أن تتمسك به أكثر، فأخيراً لديها ولد بعد البنات، هذه المسألة ليست مجرد وساوس أو حالة اكتئاب أو اضطراب ما بعد الولادة أو فقدان الشهية النفسى، ليست بهذه البساطة.. وهناك أشياء مستورة فى نفسها، لماذا لم تتحسن فى الأسابيع الثلاثة الماضية رغم الأدوية؟!.

طلبت فنجاناً آخر من القهوة وأكملت القراءة.. فإذا بالزميلة تنقلنى نقلة منطقية لتصف من هى سمية ومن هو زوجها وشكل زواجهما، ويبدو أنها صنعت مجهوداً رائعاً للملمة كل هذه المعلومات.. "الزوج اسمه عقيل "٤٣سنة" كان رئيسها فى العمل.. رأته حينئذ وسيماً جذاباً واثقاً من نفسه، قليل الكلام قوى الشخصية وتزوجا سريعاً.. فى الشهر الأول تكشف لها الوجه الآخر عندما أخذ يسخر من عواطفها ومن كلماتها الرقيقة له، وفى كل مرة يفسر هذه الكلمات الرقيقة أنها دعوة رخيصة، فيلقى بنفسه عليها بادعاء فحولته، ولا يرضى إلا بعد أن تعلن أنها سعيدة.. ومع كل مرة يلتقيان فيها كانت السعادة تتناقص، حتى اختفت، وأصبحت اللقاءات واجباً منزلياً أقبح من تغيير "بامبرز" ابنتها، أنها لا ترى أن هذا الجزء من الزواج مهم.. لكن ما هالها تدخله فى كل شىء فى المنزل وقدرته على خلق مشكلة من لاشىء، ففى اليوم السابع للزواج- مثلاً- ضربها وأهانها لأنها تركت صابونة المطبخ مبللة، مما سيودى بحياة الصابونة سريعاً.. تبذير، إسراف.. لا تقدر كم يشقى لجلب المال.. هذا النمط يتكرر مع كل مفردات حياتهما.. الضوء..

الغسيل.. المشتريات.. الأكل.. بخيل هو.. نعم بخيل.

سمية ليست مخربة بطبعها فاستسلمت منذ أول جولة.. ولما استسلمت لفكرة أنها مبذرة، اقتصدت فى استخدام المنظفات، فانتابها شعور عام بأن ما تنظفه لم ينظف كما ينبغى فتعيد غسيله، لأنها بطبيعتها نظيفة.. وكانت دائماً بين نارين.. نار أن تزيد الغسيل لتريح نفسها فتبذر وتغضب عقيل، ونار ترك الأشياء كما هى لتريحه وتتعذب هى بإحساسها أن كل شىء قذر.. هذه الخطوات كانت مجرد بداية تتلوها خطوات وأفكار حول النظافة والقذارة.. لم تعد الأفكار مجرد أفكار، بل أصبحت وساوس حول ملاءات السرير وملابسه الداخلية.. النظافة والميكروبات والأمراض.. أصبح تنظيف المنزل عملية تعذيب كان يتم هذا سراً داخل رأسها.

أصبح لعقيل يومياً موضوعان، النظافة، وعلاقتهما الزوجية، التى يتهمها فيها بالبرود، ولأن عقيل مثابر جداً فهو يتكلم كثيراً عن ذلك، فقط... يهين أو يضرب انقلبت الحياة إلى جحيم ولما قررت سمية أن تحيا حياة العبيد، تنفذ ما يطلبه فى الفراش وتدعى السعادة، وتنظف المنزل بالطريقة التى يريدها وتدعى الراحة، بدأت تكتشف أن العبودية مصحوبة بأشياء ليست فى الحسبان.. حياة العبيد مصحوبة بزوال النوم.. ذبول الجسد.. انكسار الروح.. غياب بريق العينين.. ضياع الغد ونسيان الأمس وتمضيه اللحظة.. فزال الطعم عن كل الأشياء، طعم نجاح بناتها، طعم الخبر المفرح.. طعم الأكل.. حتى الأكل.

هناك أدركت سمية أنها لا تبالغ فى النظافة فقط، بل بدأت طريقاً

للإنحراف الجنسى ما هو إلا رغبة جنسية شاذة تستهدف الوصول إلى قمة النشوة بطريقة غير الاتصال الجنسى الطبيعى الذى يمثل الإشباع عند الأفراد الراشدين، والانحراف لا يعنى النشاط الجنسى نفسه؛ فليس هو الأساس الأول الذى من أجله يوصف الفرد بالانحراف، وإنما الأساس فى اختيار الموضوع الجنسى بذاته، إذ إن كثيراً من ألوان السلوك الجنسى التى نلاحظها بين المشتركين فى الجنسية الغيرية.

فالسمة الأساسية للانحرافات لا تتلخص فى تجاوز الهدف الجنسى، أو فى الاستعاضة عن الأعضاء الجنسية، أو تغيير الموضوع، بل فى شىء واحد فقط وهو الاقتصار على هذه الدروب، والتشبث بها؛ بحيث تتنافى مع الفعل الجنسى الذى يخدم التناسل، فما دامت الأفعال المنحرفة لا تتدخل فى القيام بالفعل الجنسى السوى بحيث لا تكون منه إلا بمثابة التمهيد، فلا يصح أن تسمى انحرافات الفعل، وقد بنيت دراسات علماء النفس حول الانحرافات الجنسية على أساس أن البعض منها عبارة عن رواسب تخلفت فى النمو نحو عقدة أوديب، وأنه بعد كبت هذه العقدة تأخذ أجزاء الغريزة الجنسية التى تكون أقوى فى استعداد الفرد فى الظهور مرة أخرى، كما بينت لنا أيضاً الدراسات أن الغريزة الجنسية تكافح ضد قوى نفسية معينة تعمل كمقاومات، وأن الخزى والاشمئزاز والأخلاق هى أبرز هذه القوى، ويمكن أن تفترض أن هذه القوى فى الفرد قبل أن تبلغ الغريزة الجنسية كامل قوتها، فإنها بلا شك ستوجه سير نموها، والانحرافات الجنسية منها الجنسية المثلية والنرجسية والسادية والماسوشية وتعد هذه الأنواع أخطر الانحرافات

مجهولاً من اللاطعم ولا تدرى أين نهاية هذا الطريق..." . انتهيت من فنجان القهوة، وأدركت أن نهاية الطريق حتى الآن هى هذا السرير رقم (٩) فى جناح الحريم بمستشفانا.. ولكن لم كل هذا؟ هل اختارت سمية الرجل غير المناسب؟ ربما.. أو ربما أنه هو بالذات لا يتناسب معها هى بالذات؟ فهى كانت تبحث عن رجل يحميها ويركن إليها..وتركن إليه ليقود دفة الحياة، وربما كان هو يبحث عن امرأة يسوسها ويسيطر على كل خلاياها..ربما.

أين الخطأ..؟ والله إنى لأحملها كل التبعات.. فقد بدا واضحاً إستسلامها منذ أول جولة، بل أنها هى ذاتها قررت العبودية منهاج حياة.. لا أدرى ماذا كنت أصنع لو كنت مكانها وإلى أى مدى كنت سأقاوم؟، فنكمل قراءة ما كتبته د. نهال فى حوارها مع سمية:

■ **هل حاولت مناقشته فى تصرفاته أو فى صعوبات حياتكما معاً؟**

لا يستطيع أحد مناقشة عقيل، فالمناقشة محكوم عليها بالفشل.. بغض النظر عن قوة أسلوبه فى المناقشة، فهو يسرد ويسهب ولا يقبل أن يقاطعه أحد، ويقاطع هو أى إنسان ويستخدم كل الأحاييل للانتصار، ولا أعتقد أنه هزم مرة واحدة فى حياته فى نقاش، وهو يتباهى بهذا، وغالباً ما يستسلم الطرف الآخر- مثلى أنا- يائساً من أن هذا النقاش سيؤدى إلى أى شيء.. عقيل لا يسمع.. يتكلم فقط.. الحديث من طرف واحد وبلا انقطاع، فغالباً ما كنت أنهى النقاش وكأنى اقتنعت بوجهة نظره، فقط لأوقف سيل كلماته ومترادفاته وأمثلته التى حفظتها عن ظهر قلب، بل أنا أستطيع أن أعرف ما هى الحكاية التى سيحكيها

عن نفسه وعن مجده الشخصى« فى موقف كذا، وما هو المثل الشعبى الذى سيقوله فى موقف كذا.. ملل.. ملل.

■ **هل لجأت لأهلك للمساعدة فى مشاكلكما؟**

ها.. والدى مجرد دمية فى يد زوجته الجديدة، وغالباً ما يتكلم بلسانها متهماً إياى "بالدلع".. والدى عكس عقيل تماماً وربما هذا ما دفعنى للزواج من عقيل، متوهمة أن الحياة مع رجل ذى شخصية سيعوضنى ضعف أبى أمام زوجته، النسخة المكررة لعقيل، وأضيفى إليها أحاييل المرأة". انبهرت بحديث "سمية" ويبدو أنها كانت فى حالة أحسن عند دخولها، وأن حالتها تدهورت يوماً بعد يوم، حتى وصلت إلى ما هى عليه الآن.

■ **بمناسبة حيل المرأة، هل حاولت التحايل عليه واستئناسه مستخدمة كل ما تملك المرأة من حيل ذكاء؟**

يا دكتورة أنا فى هذا الأمر غبية جداً، فلا حيلة لى ولا أتحايل، ربما أنا أشعر أنى خلقت امرأة بالخطأ، أستغفر الله، أقصد أنى ساذجة جداً، ثم على من؟! على عقيل؟! لا.. عقيل لا يأمن بسهولة لأحد ولا يمكن خداعه.

■ **هل فكرت بالطلاق؟**

كثيراً.. لكنه حل مستحيل.. أولاً أبى لن يوافق على عودتى لبيته، وزوجته لن تسمح بذلك، وأنا لن أعود لمخالبها ثانية.. ثانياً: ماذا سأصنع مع بناتى؟ من سيعولنا؟، وهل سيتركنا عقيل هكذا؟.. مستحيل.. ثم أنه على الأقل لى بيت الآن ولى خصوصية، كيف

سأضحى بهذا؟.. مستحيل.

■ **هل فكرت في الانفصال النفسى عنه؟ أى أن تعيشى معه مجرد زوج وبيت وتخلعيه من زوجك؟**

هذا ما أنا عليه منذ الزواج، وهو وضع غير محتمل ونهايته أنى هنا.. ثم أنه لا يرحم، فهو يطالبنى أن أكون مشرقة كفلانة، ومهذبة كفلانة، ودائماً ما يتهمنى بأنى قالب ثلج أو قطعة خشب.

■ **بم تحلمين؟**

أحلم بأنه مات وأنى حرة.. أقضى أوقاتاً كثيرة فى أحلام يقظة أنه مات، وأنى أعيش مع بناتي وحدنا دونما قيود، دونما رجل يجثم على أنفاسنا". وهكذا وصفت د.نهال هذه الزيجة.. وهكذا وصفت سمية محاصرة فى ركن ولا سبيل للفرار، فلا الطلاق حل، ولا حتى الانفصال حل، ولا التفاهم حل، ولا الأهل حل، ولا حتى المرض النفسى حل.. ثم تزداد المأساة بقدوم هذا المولود الجديد، ليزيد العبء ويوطد الارتباط بالزوج، ويؤكده، بل سيسهم فى استمرار هذه الزيجة المأساة.. بدا لى حينها أن فكرة التخلص من الأبناء على شكل وساوس ليست إلا رغبة فى التخلص من هذا الزوج، أو ربما هى رغبة فى التخلص من هذا الزوج بشكل أدق فبدت الفكرة منطقية جداً.. فبعقلية عقيل إن كان سيضحى بأم البنات لن يضحى الآن بأم الولد.. بدا لى أيضاً أن رفض الطعام وتناقص الوزن حتى هذا الحد ما هو إلا انتحار بطىء.

انتشلت ملف الأوراق مخلفاً ورائى البلادة متجهاً إليها، وسلمت عليها ثانية، فلم ترد، لكنها طالعتنى. أنا: "حمداً لله على سلامتك"..

ولم ترد. أنا: "المولود.. ما اسمه". هي: بشير.. قالتها بصوت خفيض طيب. أنا: إن شاء الله بشير خير يا أم بشير، كانت تبتسم لولا الوهن ولا أعتقد أنها ابتسامة يأس أو سخرية.. هزت رأسها شاكرة، حينها شعرت أنى أغرق فى عرق دافئ، فسحبت كرسياً وجلست قبالة سريرها.. أغمضت هى عينيها لتنام.. كادت تفر من عينى دمعة لا أدرى سببها، هل أبكى عليها أم أبكى على نفسى التى كانت؟.. غادرت المكان مأخوذاً، تذكرت- لا أدرى لماذا- أن هذا الشعور مطابق تماما لما كنت أحسه فى كلية الطب حين كنت فى حالة حب.. ادعيت التماسك وأكملت سيرى، فأوقفتنى هذه الطبيبة الجديدة "نهال" لتعرفنى بنفسها، وحدثتها عن سمية وأذكر جيداً أنى قلت أربع عبارات: "سمية مسئولة عن كل هذه الزيجة لأنها استسلمت.. لا خوف من إحضار الطفل لها لأن أفكار القتل ليست موجهة له، وربما موجهة للزوج، وهى عموماً لا تقتل.. سمية إن قتلت ستقتل نفسها وقد اختارت التجويع طريق الانتحار الحلال.. وبعد إذنك يا دكتورة نهال أكملى أنت المشوار معها".

كانت هذه هى عباراتى الأربع وغادرت المستشفى، بأكملها هذا اليوم يصحبنى إحساس بأن ما قمت به لم يكن قراءة فى أوراق مريضة، بل كان صفعة على قفا البلادة.. بلادتى.. وبلادة أى طبيب تعود على الألم الإنسانى وأعطاه اسماً أو تشخيصاً ليريح باله. وبعد ثلاثة أيام قابلتنى د.نهال مشرقة لتخبرنى أن سمية بدأت تأكل.. فاندهشت أنها لم تكن تأكل قط.. فاستفسرت ماذا حدث؟ أوقفت عنها "الجلوكوز"

وأخبرتها إن كانت تريد الحياة فلتأكل، وأمضيت معها أمسية طويلة يومها، وأمس أيضاً كنت معها لساعات نوبتى كاملة تقريباً. ماذا صنعت معها؟ بخلاف محاولة إطعامها ومداعبتها كنت أتحدث إليها، وأظن أن الأهم أنى لعبت معها. لعبة العدوان!.. ماذا تقصدين؟. كلمتك عن مسئوليتهما عما حدث بالاستسلام جعلتنى أفكر فى كل مسؤلياتها عن المرض، فوصل لروعى أنها مسئولة عن عدوان زوجها عليها فعلاً، ربما بالاستسلام، وربما برغبة حقيقية ألا يتوقف عدوانه عليها. تقصدين أنها ماسوشية (تستعذب الألم) بشكل ما؟ بشكل ما نعم، أى أنها ترفض عدوان زوجها وتسلطه وضربه ومحاصرته بعقلها الواعى، وعلى الجانب الآخر لا تصنع أى شيء لتدفع عنها كل هذا.. أو لنقل الأهم هو العدوان التى تمارسه هى على نفسها الآن.

أى عدوان أتقصدين الامتناع عن الأكل أم الاكتئاب؟ كل هذا وحتى فكرة قتل الطفل هى فى حد ذاتها عدوان على النفس، لأن طفلها جزء منها.. ولا أشد من عدوان الجوع حتى الموت.. أو قتل جزء من النفس أو حتى المعيشة فى هذه الكآبة. أى أنك توجهت لسمية الطرف المظلوم وتركت الطرف الظالم. لا أعتقد أن هناك فى العلاقة الزوجية مظلوماً وظالماً بهذا المعنى الحرفى.. ولم تسمى زوجها ظالماً.. هل تعتقد أنه سعيد بتسلطه عليها.. هل تعتقد أنه سعيد بالزواج، زواج السيد من أمة.. أو الزواج من لوح ثلج.. كانت هذه قريبة من أفكارى قبل سهرتى أمس معها.. حتى حدثتها عن عدوانيتها عليه بهذا الموقف السلبى، انهارت ودافعت وبكت، ودفعتنى بقوة، لم أتخيل هذه المرأة التى على

شفا الموت، لديها كل هذه القوة.. ولما دافعت تأكدت أني على حق، وأني أصبتها في مقتل، والدليل على ذلك أنها اليوم تناولت طعام الإفطار لأول مرة، وهي الآن أكثر إشراقاً من أي وقت مضى.

أنا معك لكن بهذا أنت تتناسين تشخيصك لها "اضطراب ما بعد الولادة" أو إنك تعلين من قدر العوامل النفسية متناسية كل هذا التغيير البيولوچي الذي يحدث مع الولادة، والدليل على ذلك أنها لم تمرض فعلاً إلا بعد الولادة مباشرة، لا.. لا.. الولادة والهرمونات كانت مجرد القشة التي قصمت ظهر البعير، أو العامل المفاجئ الذي أخرج كل مكنونات النفس لأرض الواقع، ثم أنها لا يمكن اعتبارها مرضت بعد الولادة، فامتناعها عن الأكل بدأ قبل الولاده بشهور، ومحاولتها للإجهاض كان منذ حوالي ثمانية أشهر عند اكتشافها الحمل، ووساوسها عن النظافة منذ سنوات، ومزاجها الكئيب أيضاً منذ سنوات.

أتفق معك... ويبدو أنك أمسكت بخيوط المسألة.. فماذا عن الغد؟ أقصد ماذا تنوين لها؟ لا أعرف بالضبط لكنني أنوي أن أجعلها ترى عقيل على حقيقته، فعقيل ليس كما تصفه بالضبط، فهي كانت تصف بعين واحدة، مسلطة على كل ما هو سئ في هذا الزواج، وأنوي أن أفتح لها عينها الأخرى.. أود أن ترى أنت عقيل. في هذه اللحظة حمدت الله أني تركت د.نهال تكمل المشوار.. وشكرتها دونما أن أعلن ذلك، شكرتها لأنها علمتني شيئاً جميلاً وشكرت سمية أيضاً دونما إعلان على هذه الصفعة.

واحدة بواحدة والبادئ أظلم!

المكان: فى العيادة النفسية، الزمان: لا يهم، أى زمان، يمكن أن يكون ١٩٨١ مثلاً. هو: زوج عادى جداً لدرجة أنك من الممكن أن تسميه (عبد الله) مثلاً، هى: زوجة تتقيأ وتدعى الرغبة فى العلاج، اسمها؟ لنقل ثريا نعم ثريا وعبد الله. البداية: السؤال المقدس المعتاد (خيراً؟!). يرد هو "عبد الله" متحدياً غير مقتنع بما يصنعه بل غير راض عن وجودهما فى عيادة نفسية، متبرماً يقول: هذا تحويل إليك من الدكتور (. . .) من قسم الأمراض الباطنية. . اقرأ وستعرف.

قرأت ولم أعرف، فعاودت السؤال، هذه المرة لها هى: أحب أن أسمع منك أنت ما هى الحكاية ومن البداية إن أمكن.

■ **قالت**: "من حوالى عام كانت معدتى تعبة وشعرت بغثيان وتقيأت حينها. . وعاودنى القئ يومياً تقريباً لأسبوعين أو أكثر ثم استراحت معدتى فاسترحت وظننت أن الأمر قد انتهى لكنه عاودنى ربما مرة كل بضعة أسابيع حتى أوائل هذا الشتاء ثم بدأ القئ يستمر بصورة فظيعة، عدت لدوائى فلم يفد. . أطباء. . فحوصات. . دون جدوى. . تناقص وزنى بشدة. . أنا لم أكن هكذا، ومنذ عشرة أيام لا أستطيع استبقاء الماء فى جوفى. . تصوروا حتى الماء".

■ **كيف تعيشين هكذا؟** لو حدث أن نمت مباشرة بعد الأكل ربما لا أتقيأ فأصبحت أختصر وجباتى لواحدة فقط حين يغالبنى النوم فألقى بها فى جوفى نصف نائمة، ومع الأسف فى معظم الأحوال الأكل يفيقنى فأظل يقظة أتقيأ. . هذا العذاب جعلنى أكره النوم والأكل والاستيقاظ،

ضاق صدرى بكل شيء، في هذه الأثناء لمحت عبد الله يتثاءب تثاؤب من يشاهد مباراة كرة قدم مملة فعدت إليها حاملاً علامة إستفهام حول هذا الزوج، وسألت.. وماذا عن التدخلات الطبية؟

■ **جربت كل شيء** وكلما يأس منى أحد الأطباء يقول لي: إنها حالة نفسية ويشير إلى بالذهاب لطبيب نفسى.. ولم أذهب طبعاً لأنى لست مجنونة كما ترى ولا توجد أية مشكلات نفسية فى بيتنا، وبهذه المناسبة لقد درست علم نفس وأعرف أننى لست مريضة نفسياً (حينما ذكرت دراستها النفسية خامرنى الشك بأن هذا العرض نفسى.. لا أدرى لماذا؟).

وأكملت: الحقيقة يا دكتور.. لا تؤاخذنى.. صورة الطبيب النفسى فى التلفزيون لا تشجع.. آسفة لكن ربما أنا متخوفة من أن أصبح مدمنة على أقراصكم، حاولت إخفاء غيظى وغيرتى على شكلى كطبيب نفسى، وتظاهرت بأنى لم أتأثر بكلماتها وكأن شيئاً لم يكن.. وسألتها:

■ **هل زرت طبيباً نفسياً من قبل؟**. ذهبت فعلاً لأحدهم وأعطانى أقراصاً فساءت حالتى، فأوقفتها فى أول يوم وعدت إليه فغير الأقراص بأخرى، أخذت جرعة واحدة وأنا غير مقتنعة ولم أراجعه، وهأنذا أجرب مرة أخرى. أحسست بالانزعاج لكلمة (أجرب) وأدركت أنها قد أغلقت على باب الأدوية بل وأدركت أنه يجب أن أصنع شيئاً مبهراً يجذبها للحضور مرة أخرى.

بدأ وقت الزيارة يمر سريعاً وأنا أبحث عن فكرة مبهرة تشدها.. وتذكرت مقولة أستاذى: "لكل مرض نفسى معنى ما"، جالت أفكارى تبحث عن معنى لهذا القئ، فالقئ ابتداء يعنى أن هناك موضوعا ما أو

شخصا ما هضمه أو استيعابه.. ثقيل على القلب.. يقف كغصة فى الحلق..ربما.. وربما.. يعبر عن حالة اشمئزاز "قرف" من موضوع أو شخص مثلاً.. سألتها: هل لديك أبناء أو بنات؟ قالت: نعم لدى بنتان،

■ **هل شعرت بغثيان** أو قئ فى أى حمل؟ نعم.. فى الحمل الأول.. بفترة (الوحم).

■ **هل كان هذا الغثيان أو القئ**..أو "القرف" مرتبطاً بشيء ما فى حياتك مثلاً؟ لم ترد على سؤالى وإنما نظرت لزوجها دونما أن تحرك وجهها، ثم نظرت إلى فأدركت أن هناك ثمة أشياء لا ترغب قولها أمام الزوج فغيرت الموضوع سريعاً وتحينت لحظة لا يلحظها وطلبت منه أن يتركنا.. ففعل.. وكررت السؤال، فأجابت: كان الغثيان مرتبطاً بأشياء كثيرة تخص عبدالله، مثل اختلاط شعيرات لحيته بالصابون على فرشة حلاقته.. وأحياناً ملمس بشرته الدهنى خاصة بجوار بعض البثور فى خديه، وأحياناً رائحة فمه فى الصباح أو رائحة السجائر مع أنفاسه.

تنفست الصعداء وكأنى عثرت على ضالتى المنشودة، فقد أصبح بادياً لى أن حالة القرف هذه مرتبطة بالزوج، كانت عقارب ساعة الحائط تشير إلى أن الوقت قد انتهى.. فقلت لها: أنا لن أبدأ مشوارى معك بالأدوية وإنما سأشير إلى شيء ما.. وغيرت نبرة صوتى وكأنى أمزح.. "ما رأيك لو اختصرت عدد مرات القيء هذا الأسبوع أو بمعنى آخر.. يمكنك البقاء طوال اليوم دونما قئ ولا تبدأى التقيؤ إلا عند حضور زوجك من العمل فى المساء وكأنك تستقبليه فى احتفال"!!

زاد بريق عينيها وانفرجت شفتاها عن ابتسامة سرعان ما أجهضت..

حينها أيقنت أن لاوعيها استوعب ما قلت له فى هذه اللحظة، ثم أدركت هى فلملمت نفسها وأجهضت الرسالة مغلقة مستقبلاتها.. فهاجمتنى قائلة: كيف يا دكتور وهل هذا القئ إرادى.. هل تعنى أننى أدعى القئ أو أمثله؟

■ لا..لا.. أنا أعرف وأيضاً أعرف النفس البشرية فقط لا تنسى ما قلت وأنا أعرف أنك ستأتين فى الموعد بعد أسبوع، وسيدهشك ما حدث كنت أؤمن أنها لحظة صادقة مست شغاف قلبها تلاها دفاعات لا معنى لها وتعشمت فعلاً ألا تذوب هذه اللحظة.. الرسالة، ولأنى لم أكن واثقاً من بقاء الرسالة حين مغادرتها غرفتى قدمت إليها رشوة قائلاً: من اختار حقيبة اليد هذه؟ أعنى ذوق من هذا؟ أجابت بابتسامة لها معنى: أنا طبعاً.. فرفعت حاجبى وهززت رأسى مدعياً الإعجاب، ورغم أنه ادعاء أزالت هذه اللحظة التوتر فرفعت يدها محيية بابتسامة رضا.. طمأنتنى الإجابة أنها ستعود.

وعادت وفرحت بعودتها وبخبث أخبرتنى أنها لم تتقيأ إلا فى المساء، فلم أبدى سعادة من النتيجة وكأنى كنت أنتظر هذا بالضبط وكأنها نفذت الاتفاق فاتفقنا اتفاقاً آخر بأسبوع آخر ونفذت.. وآخر وآخر.. حتى أوشكت الأعراض على الزوال حينها دخل علينا عامل جديد.. متغير آخر.. فقد بدأ الزوج يعود لسيرته الأولى. عاد لبخله.. شحه.. عاد يضيق عليها الخناق.. يمنعها من زيارة أهلها.. يحسب عليها ما دفعه فى العلاج وفواتير التليفون.. عاد يعايرها بمرضها يغار عليها بل يشك أحياناً باختصار عاد عبد الله كما كان.. ولم أفهم

موقفه هذا سوى أنها محاولة منه لجرجرتها للمرض ثانياً. . صارحتنى أنها حيئذ لم تكن تتمنى الشفاء حتى لا ترى هذا العبد الله. . ولم تعرف أين ذهب هذا الزوج البخيل أيام مرضها. . وببصيرتها النافذة فسرت لى الأمر أنه كان فى حالة انتصار وشماتة أثناء مرضها، وإذا تماثلت للشفاء ارتعب فعاد سيرته الأولى. . أحسست أنى فى حرب أنا فى جبهة وربما هى معى. . وفى الجبهة الأخرى الزوج والمرض، أحياناً يصبح تحالفنا أقوى فيتوقف القئ وتخطو خطوات رائعة نحو الحياة وأحياناً ينتصر حلف الزوج فيقيم الدنيا ويقعدها أو يمنعها من الحضور فتتقيأ. . وكان ملحوظاً إنه كلما علت كفة تحالفنا زاد الزوج ضراوة. . وكلما حاولت استدراجه خلسة ليشاركنا العلاج ازداد بعداً وتهكماً. . تتزايد قوة الزوجة حتى اكتشفت أنا أنها تعود إلى ثريا الأولى ويا لها من صورة لا تختلف كثيراً عن عبد الله فهى تعايره أحياناً بعائلته. . تتهمه بالبرود والبخل والبلادة، عادت تبحث عن عملها الذى تركته وقالتها وإذا ما عادت ثريا سأحاصره فى ركن بالمنزل، فأنا أعرف كل نقاط ضعفه أعرفه ككتاب مفتوح" .

بعد فترة من المناورات العلاجية تحسنت بما يكفى للانقطاع، ولكننى كنت مدركا أنه ليس هناك طرف واحد مريض، بل العلاقة ذاتها أو هذه التركيبة الزواجية هى المريضة ، وعندما تأكدت أن ثريا خلعت قميص المرض كنت وكأنى أنتظر الزوج عندما يبدأ بارتدائه خاصة بعدما فشلت محاولاته للضغط عليها. . ولم أنتظر كثيرا وكأن الزوج كان فى لهفة لارتداء القميص واقترب هو منى وابتعدت هى. . اقترب منى بسبب

أزمة فى التنفس تعاوده كثيرا هذه الأيام .. وأخذ يقطع شوطاً مشابهاً لما قطعته ثريا، وفى كل زيارة لطبيب ينصح بزيارة طبيب نفسى آخر، ورغم أنى كنت على علم أنه سينتقى أى طبيب آخر سواى فهو يعتبرنى غريمه أو نصير زوجته .. إلا أنه قد اقترب فعلاً .. وعادت اللعبة تدور وتكرر بنفس القوانين بين ثريا وعبد الله، ولكن هذه المرة بالعكس فعبد الله يجاهد للتحسن وثريا تشده للأسفل .. كان همى يتزايد لإصرار هذه العائلة على أن يكون فرد منها مريضا فى أى وقت ، وبدت المسألة كالمسرحية الهزلية الرديئة حين أخبرنى أن ضيق التنفس بدأ فى التحسن وأنه يعزى ذلك لانشغاله على ابنته الكبرى التى تنتابها نوبات بكاء هستيرى وأحيانا إغماء ، وأسقط فى يدى .. لم تنس الابنة دورها .. وجدتها فرصتى الذهبية .. وجعلت الابن هدفى وهدفهما، ولأن أعراضها أسهل كنت أكثر ثقة.

ومع تنامى العلاقة بهم الثلاثة بدأت تنقرض أذيال المرض فى هذه العائلة فقفزنا قفزة فى اتجاه السلوك وأسميناها « واحد بواحدة »، فإذا ما أعلن عبدالله غيظه من لهجة ثريا عندما تذكر أهلها أو تعايره بأهله يتم الاتفاق أن تتخلص من هذا فى مقابل أن يتخلص هو مثلا من تضييق الخناق فى المصروفات ، وكانت هذه التجربة تصنع كالواجب المنزلى للتلاميذ .. نخطر أحياناً ونقفز أحيانا، ولكنى كنت أعتقد طوال الوقت أن هذا مجرد علاج سطحى للأعراض ولم يتغير أى منهم، فانتقلنا لمرحلة أخرى يمكننا أن نسميها مرحلة « الفهم »، فكنا نحاول فهم أنفسنا أو نجيب على بعض الأسئلة، كان سؤالنا الأول المحير « لم

انكسرت ثريا؟ ».

ربما فى كلمتها أن هناك قشة قصمت ظهرها هى « **تعب المعدة** »، إلا أن هذه القشة كانت هى نهاية المطاف لما أسمته هى « **تجردت من أسلحتى** »، فقد كانت ثريا تستمد كيانها ووجودها ورونق شخصيتها وإحساسها بذاتها من مجموع من المفردات (**الأسلحة**) منها أنها ابنة هذه العائلة المتميزة عن عائلة زوجها، وأنها مستقلة ماديا بسبب عملها ولم يكن عملها مصدر دخلها إنما مصدر سعادتها وثراء حياتها بالأحداث، فعملها كأخصائية اجتماعية جعل حياتها مليئة بالحياة والحكايات والإثارة، ومنها أيضا هذا الأب الذى أكبر دعم لها، فهى ابنته المفضلة والذى قد توفى قبيل المرض لها، كانت هذه أهم أسباب مجدها وقد أخذت تفقدها الواحدة تلو الأخرى وهنت فاستكانت ورضخت للحياة بلا طعم مثير، تصيد الزوج هذه اللحظات وبدأ يفرض سطوته انتقاما من وجودها الطاغى فى السنوات الماضية، فزادها ضعفا واستمرت الحياة بينهما بين منتصر ومهزوم ، بعدما كانت بين أنداد حتى جاءت القشة (**تعب المعدة**)

ولم هذا المرض بالذات؟

لم يكن من الصعب استنتاج المعنى الرمزى للقيء « قرفأ » من الزوج وعدم القدرة على هضمه، لكن لم استمرت الأعراض هذه لفترة طويلة؟

كان لسان حالها يقول: لم أتخل عن القيء إن كان يستنزف جيب البخيل، ولم أتخل عنه وقد جعل عبد الله مضطرا من باب الشهامة أن يخفف ضغوطه، وما دمت أنتصر فى السر، فلم لا أظل منتصرة وفى

المقابل هو يتخيل أنه منتصر بانكسارى وهو فى الحقيقة الخاسر.

ولكن ماذا عن عبدا الله؟ لم انكسر ؟

أعتقد أنه انكسر لأنه يستطيع أن يُحكم سيطرته ويبقيها محاصرة مهزومة، ولما بدأ زمام الأمور يفلت من يديه وبدأت خطوات الشفاء تظهر اجتهد أكثر لإعادتها للمرض، وعندما لم يفلح أدرك أنها لن تعود قوية فقط، إنما ستعود لتنتقم .. وأتى الحل على لسان عقله الباطن قائلا: « **فلتغير الاستراتيجية وتعامل معها بنفس قوانينها - امرض تكسب - وواحدة بواحدة والبادىء أظلم**، فكان ضيق التنفس« الأزمات الصدرية » تعبيراً عن محاصرته وضيقه منها ومن الزواج، بل ومنه هو ذاته .

« **فكما أذت نفسها لتكسب جولة سأوذى نفسى كسبا لجولة أخرى .. فالحرب سجال** ».

حسناء العارمبرروجودها!

اسمى : د.ط حسناء فريد أبو الفتوح

المهنة : طبيبة امتياز.

السن : ٢٦ سنة.

التشخيص : غيبوبة .. على إثر محاولة انتحار بأقراص مضادة للاكتئاب.

كان هذا هو شكل استدعائى لوحدة الرعاية المركزة، وهناك بجانب سريرها وجدتها نائمة كأميرات قصص الأطفال، لم يستطع شبح الموت وشحوبه أن يغطيا على دقة ورقة هذه الملامح المريمية .. ولم يكن هناك ما يمكننى عمله سوى الحديث مع طبيبها .. وأدليت بدلوى وانصرفت

متسـائلاً: ما الذى حدث ليجعل طبيبة جميلة صغيرة أن تنتحر؟! .. ربما سأعرف يوما ما بعد أن تفيق.

وعند مغادرتى انطلقت إلى امرأة من آخر الممر تتشح بالسواد وتلطم رأسها بكفيها .. « أستحلفك بأغلى ما عندك طمئنى عليها.. هل ستعيش يا دكتور ؟ . أمعقول يا رب أن أفقد الاثنين فى نفس الشهر! »، هدأت من روعها واصطحبتها إلى الاستراحة متسائلا: من هو هذا الثانى الذى فقدته هذه المرأة؟.

فى الاستراحة عرفتها بنفسى ، وأنى لست طبيب الرعاية المركزة، بل إننى طبيب نفسانى، فعرفتنى، بل قالت: إنها تعرفنى منذ حوالى ١٧ أو ١٨ سنة ، وأنى أعرف ابنتها التى كنت أدللها وأناديها « سنسن » ، وأعرف والد حسناء المرحوم فريد أبو الفتوح أيام كان مسجونا.. وكنت أنا طبيب السجن.. فعلا هذا الاسم يبدو مألوفاً.. أخذت أحفر فى ذاكرتى.. حسناء.. سنسن .. السجن .. فريد أبو الفتوح .. فريد أبو الفتوح.. منذ ١٧ – ١٨ سنة، أى أن هذه الطبيبة كان عمرها ما بين ٧ إلى ٨ سنوات.

الصيدلى! .. قلتها مستغرباً.. متسائلاً!!

فهزت الزوجة بالإيجاب، أى نعم ، وأضافت : الله يرحمه.. أتعبنا فى حياته وفى موته، وأشارت إلى باب غرفة الرعاية.. إلى حسناء..

ياه .. كيف مات ؟ عمره مفروض خمسون أو اثنتان وخمسون سنة ! أليس كذلك ؟.

نعم اثنتان وخمسون سنة.. فى السنوات الخمس الأخيرة أصيب بشلل نصفى .. ظل راقداً فى البيت لا يتكلم .. أساعده أنا وحسناء فى كل شيء حتى الحمام.. ومنذ أربعة أسابيع ونحن نحاول أن نوقظه من النوم وجدنا السر الإلهى قد خرج.

هل انقطع عن تعاطى ما كان يتعاطاه؟

أبداً والله.

سرحت أنا فى ذاكرتى، ما زالت حية ومحفورة فى خيالى.. كان مشهداً أليماً، وكانت بداية تعارفى عليهم.. كنا فى صيف ١٩٧٧، وكنت أذهب لعيادة السجن أسبوعياً، وفى ذلك اليوم، ومن بين أهالى المساجين، وقعت عيناى على امرأة شابة أنيقة تبدو متعلمة، تحمل طفلة رائعة الجمال فى ملابسها الصيفية، وترفعها قليلا لتشير بكفها نحو نوافذ السجن المظلمة.. وبالتأكيد لأبيها، ولكنى أعتقد أنها تستطيع رؤيته، ولا تحديد خلف أى شباك هو ، خاصة من هذه المسافة الكبيرة، ولثوان تسمرت عيناى على عينى هذه الطفلة الجميلة الحزينة. تنهدت حينها بأسى.. فهذا المنظر كفيل بأن يقتل فى هذه الطفلة كل جميل .. كيف ستكمل هذه الطفلة حياتها!!.. وتذكرت أنها طبيبة الآن، فاندهشت كيف استطاعت تحقيق هذا الإنجاز وسط كل هذا المناخ الفاسد أحيانا وشديد القسوة أحياناً أخرى وتذكرت أنها كانت فى محاولة جادة لإنهاء حياتها ، فخمنت أن هذا الإنجاز قشرة هشة.

مساء هذا اليوم فتشت على مفكرتى لعامى ١٩٧٧، ١٩٧٨.. فوجدت أن فريد أبو الفتوح استحوذ على نصيب الأسد فى مذكرتى.. أمضيت ساعات طويلة أقرأ فريد.. هذا الرجل المحير جداً.. تخرج فى كلية الصيدلة برسوب عام واحد لاعتقاله من الطلاب بسبب المظاهرات .. أحيانا تشعر أنه فيلسوف تنبهر به، وأحيانا تشعر أنه عربيد تافه يصيبك بالغثيان.. أحيانا تشعر أنه مظلوم ولم يخلق لهذا العالم الفاسد، وأحيانا أخرى تشعر أن كل العقوبات لا تكفى لردعه.. ضحية رفقاء السوء أحيانا.. لا ، بل هو رفيق السوء المحرض.. وسيم.. متحدث لبق .. عاش الدنيا طولا وعرضا.. خبراته رائعة.. فنان .. ومدمن وأفاك ومحتال .. كان يسبى القلوب والعقول بمظهره الخادع، ويسير ضحاياه باستغلال بشع .. أنا أقول هذا الآن ولكننى فى القراءة أتبين أنه حتى أنا خدعت فيه لفترة طويلة، وأنه سبانى واستغلنى، حتى أنه كان يبيع الأقراص التى كنت أصفها له داخل السجن.. وحتى عندما اكتشفت خدعنى مرة أخرى بتبريراته الذكية..

لم يكن قلبه يعرف الندم .. كل جرائمه لها مبررات فلسفية.. إنسان عجيب .. ذات مرة ضبطته متلبسا بالبكاء وهو يستمع لأغنية عاطفية وطنية.. كم التناقضات داخله لم أفهمها.. وحتى الآن لا أستطيع فهمها، لكننى أشفق على زوجته، فمن يستطيع العيش مع رجل كهذا الفريد الفريد.. فقلبت صفحات المذكرة بحثا عما دونته عنها وعن هذه الزيجة .. نعم ها هى.

اسمها « **إخلاص** » .. اسم على مسمى .. فهى تلميذته المخلصة

زوجة فى ثوب تلميذة لأفكاره.. بتحمسها له .. لا ترى منه سوى نصف الفنان المظلوم الرائع.. تتمسك به فى أحلك الظروف ، لديها استعداد للتضحية بأى شيء فى سبيله .. كانت أولى التضحيات فزواجها منه ضد رغبة الأهل.. وبعد شهرين فقط من الزواج طُرد من وظيفته باتهام يمس سمعته المهنية، وهى طبعا تدرك مدى التعسف فى هذا ، وتدرك أنه مظلوم.. طال بقاؤه عاطلا وفشلت محاولاتها لإعادته للعمل.. وفشلت أيضا محاولاتها لحثه كى يعمل فى صيدلية خاصة.. فنزلت هى للعمل رغم حملها، ومع ذلك تراكنت عليها الديون، فباعت بعض ذهبها.. كانت تعرف عنه أنه يشرب أحيانا (نقصد الكحوليات)، ولكنه الآن منغمس فى الشراب.. قالت لنفسها : إنها أزمة وستمر.. وتصارحا وتناطحا فوعدها بالإقلاع، وتصالحا، وأوفى بوعده ووجد عملا فى صيدلية.

وما هى إلا شهور حتى اكتشفت أنه لم يكن يحفظ عهده، فقد كان يشرب سراً.. وترك هذا العمل الجديد.

فى الأغلب لتقصير منه — ولكنها كانت ترى مثل رؤيته أنه لم يخلق ليعمل بائعاً فى صيدلية عند زميل له أصغر منه واستدانت وباعت وسددت .. حتى قبض عليه مع بعض الرفاق وبحوزتهم بعض المخدرات.. ولم تجد من يساندها من أهلها، الذين كان لهم رأى خاص فيه .. وتحملت عبء هذه القضية وحدها، وكانت « **حسناء** » مولودة منذ شهور .. باعت الشبكة ولم تكف .. ميراثها بالكاد يكفى المحامى.. ويسجن .. وأيضا صدقته إنه لم يكن يشترك مع هؤلاء الرفاق

فى شيء، وأنهم دبروا له ذلك لينجوا بأنفسهم.

كابدت بحق طول سجنه لكنها لا تزال تؤمن به .. لا تزال تليمذته المخلصة.. لا تزال تلهث وراءه.

خرج من السجن ليجد ابنته عمرها عامين ونصف العام، وقد أفهمتها أمها أنه عائد من السفر،، خرج نادما .. وعند وصوله لمنزله انطلق لقدميها يقبلهما ويعتذر عن غيابه .. يبكى دماً ويعد بأن يعوضها.. وبالفعل منذ الصباح انطلق للبحث عن عمل ، ورغم سيرته غير المشرفة وجد عملاً فى صيدلية صديق يؤمن به هو الآخر.

ومرت الأيام ولا شيء يعكر صفوها ، فكل شيء هادئ على السطح.. لكن إحساسا ما كما كان يتسلل إلى خيالات الزوجة إخلاص ولا تجد له ما يبرره، ولا تجد له أصلاً.. ربما لأنه كان يكسب ماديا ما لا يتناسب مع راتبه، وربما لأنه أصبح يخفى أسرارا كثيرة عنها.. فلا هى تعرف أصدقاءه ولا أماكن خروجه .. حتى زارها الصديق صاحب الصيدلية فحاول فريد ألا يقحم زوجته فى النقاش وأغلق الأبواب، ولكنها عرفت أن هناك أشياء ما خفية.. فهمت من الحوار أن زوجها متهم باستغلال الصيدلية لمصالحه الخاصة غير الشريفة، وأنه يتاجر من خلالها فى الأقراص المنومة والمسهرة وبعض الأدوية التى تحوى على مخدرات .. وأنه لن يذهب للصيدلية مرة أخرى، وهذا مع الرأفة ، فصاحب الصيدلية لن يبلغ الشرطة وكفى.

لفق فريد قصة غير محبوكة هذه المرة ليقنع إخلاص.. لكنها لم تهتم، يبدو أنها أولى خطوات اليأس.

ولم يكن هذا هو الختام، فالقصة تتكرر بشكل أو بآخر .. مشكلة تتبعها أزمة، .. تتبعها كارثة .. وعمل يتبعه طرد، ووعد يتبعه وفاء لفترة وينقضي الوعد .. ليعود لسيرته الأولى.

وهى (**إخلاص**) تتنازل كل مرة عن شيء ما، والتنازلات تتصاعد لدرجة محرجة.. وأهلها يقولون لها بشماتة ألم نقل لك من البداية.. والابنة الصغيرة تتمزق فى هذا الجو العائلى فتنزوى وتزداد حساسية ورقة.. الابنة تكبر قبل الأوان وتتعلم المسئولية، وهى لم تتعلم القراءة بعد. مسئولة هى « **حسناء** » عن أخيها « **أحمد** » ذى العامين .. أحيانا مسؤولة عن أبيها، إذ تبلغ أحد الأصدقاء المكروهين أن الأب ليس بالمنزل، وكأنها تحميه.. طفلة صامتة تتجرع المأساة رشفة رشفة.. وعيها بكل تفاصيل المشكلة يتزايد فى صمت وحزن .. منذ نعومة أظافرها تعلمت لعب دور الأم الحامية لأطفالها« **فريد** و « **إخلاص** » و « **أحمد** » .. يا لأصالة حزنك **يا حسناء** ، يا فرحة البنت الوحيدة..

ولم يكن هذا غريبا فى رأيى، فقد كان لابد لأحد أن يلعب دور الأب أو دور الأم فى هذا المنزل، فأحمد طفل حقيقى ، وفريد يعيش دور الطفل المدلل الذى يجد دائما من يصلح له أخطاءه ، يستأجر له محامياً، ويسدد له دينه، ويبحث له عن العمل، بل ويحضر له المخدرات حتى المنزل.. عفوا الرضعة للرضيع.. وإخلاص عمياء عن نصف زوجها الوقح وتقدس نصفه الجميل، طفلة هى أيضا فى عماها وتقديسها .. طفلة فى اعتمادها عليه.. طفلة فى عدم مواجهته بجدية .. طفلة تتلمذت على يد طفل يحطم ألعابه .. فلا غرابة فى تفوق **حسناء**.

فى هذه الفترة تعرفت عليهم الأربعة،حين سجن فريد للمرة الثانية فى قضية تبديد أمانة.. ولا أدرى كيف انتهت علاقتى بهم.. والآن تعود علاقتى بهم، ولكنهم ثلاثة، حسناء - عفواً دكتورة حسناء- وإخلاص وأحمد.

وحين انقشعت الغيبوبة حولوها إلينا لعلاج الاكتئاب .. وسألتها اكثر من مرة محاولاً أن أعرف سبب محاولتها للانتحار .. لعل أول ما يتبادر إلى الذهن أنها كانت تحب هذا الأب لدرجة معاناتها هذا الاكتئاب الشديد حين فقدته، وأنها لم تر للحياة معنى بعده فقررت إنهاء حياتها .. ولكن كيف لها أن تحبه لهذه الدرجة رغم وعيها بكم المشكلات التى يسببها لهم، وعلى حد قولها كان وجوده يجلب العار لهم جميعاً، وكان وجوده عبئاً ثقيلا سكرانا أو مشلولا.

لم يبد لى هذا الاحتمال جيدا ، بل أعتقد أنها كانت يجب أن تشعر إلى جانب الحزن بالراحة ، فقد أراح واستراح كما قالت أمها.

ثم .. كيف تصنع حسناء هذا بنفسها بعده كل هذه الإنجازات .. فقد تخرجت وهى على أبواب حياة جديدة . وقد زال العار؟ ولا أدرى!!.

فى إحدى مقابلاتى معها قالت: إنها لم تستمتع بأى شىء فى الدنيا، وأنها لم تعش الحياة لا طفلة ولا مراهقة ولا طالبة جامعية ولا طبيبة، وانها لا تستطيع الاستمتاع، بل وتستغرب كيف يحس الناس بهذا الشعور فى السعادة. أحسست وقتها أنها مكتئبة منذ الولادة.. إذن .. ما الذى زاد عليها ؟!.. موت الأب!!.

سألتها : **هل كنت تشعرين بطعم النجاح ؟** فأجابت بالنفى، حتى هذا لم تستشعره.. فقد كانت تشعر أنه لا سبيل لها إلا النجاح.. لا أمل لها إلا فى الانسحاب من كل هذا العالم إلى الكتب .. أى أنها لم تسع إلى النجاح، وإنما كانت مضطرة أن تصنعه.. مدفوعة إليه.. فقد كان ملجأ وليس هدفاً.

أعتقد أنها حولت كل الغضب من الدنيا ومن عائلتها إلى طاقة للمذاكرة والتفوق ، بل حولت كل أحاسيس الظلم والكراهية إلى إنجازات.. ما العيب إذاً، فقد استطاعت وسط كل هذا الحطام أن تنجو بنفسها.. تبرير واحد يبدو أنه معقول يفسر لى محاولة الانتحار ، ولولا أن لهذا التفسير شواهده مما كانت تحكيه لها صدقته فعلاً.. بدا لى أنها كانت تتفوق لتمحو العار الذى تسببه هذه العائلة . وبالذات هذا الأب.. ولما مات الأب أحست أنه قد انتفى السبب فى نجاحها، نجاحها كان كل وجودها ، لذلك انتفى سبب وجودها .. فلم يكن هذا نجاحا، إنما اغتراب.. فكانت هذه الحسناء ضحية هذه الزيجة.. أكثر منها ضحية الأب.. وأعتقد أن مفتاح نجاحنا معها سيتوقف على أن تصنع شيئاً لنفسها وتستشعره بحق..

دخلت شقتي.. سمعت صوته.. رأيته يخونني.. فأعدت الباب كما كان

الوقت .. ولعبة الازدراء والتحقير والمتطلبات العالية التى لم أحققها له ليست إلا لعبة قذرة يبرر بها لنفسه أن يخون .. وأنى لغبائى صدقت أنى فاشلة .. بدأت قناعتى بكل هذه الاكتشافات تتدعم بكل الحوارت التى كانت تدور بيننا، وأتذكرها الآن.. الآن أنا مقتنعة بهذا.. وبدأت أدرك أنى فى حالة خروج من مزاج ما إلى آخر، لما ضبطت نفسى أفكر بأشياء واقعية جداً، كموعد وصول زملاء العمل فى الدوام الليلى، وماذا سيقولون عن بقائى فى غرفتى مغلقة على بابى بالمفتاح.. وعما بعد هذه اللحظة ، ماذاسأصنع ؟ إلى أين سأذهب ؟ هل سأفاتحه فى موضوع خيانته؟

مع وقع الأقدام خارج مكتبى. وأصوات الزملاء، بدأت أجفف دمعى وأطرح خصلات شعرى المبتلة .. وأفكارى العقيمة للوراء.. وأرتب أفكارى وأوراق مكتبى وأنوى .. أنوى .. ليس لى إلا.. ليس لى إلا جهاد الصوفى .. أضاءت صباح مكتبى .. فأضيئت فى عقلى نفس العبارة، ليس لى إلا جهاد الصوفى.. جهاد المتصوف.. إذا هو الجهاد.. قلتها لنفسى وأنا أنظر لساعتى .،. مرحباً بك يا جهاد الجديدة فى ٢٠ نوفمبر ١٩٩٣ فى السابعة وثلاث دقائق.

تخيلت فى هذه الثانية أن ألملم نفسى، إلا أن الأمر لم يكن كذلك .. غادرت مكتبى فى وعى غائم لا أنوى على شىء .. قادتنى أقدامى إلى وسط الناس فى السوق الشعبى.. انغمست بينهم أتشمم رائحة السوق .. الملابس المعلقة لها رائحة تختلط بالبخور والعرق والتبغ لتكون

سيمفونية من الروائح. .الوجوه ألوان كثيرة. . درجات تجعد شعر الناس وانسداله لون الشعر ملابس البشر من حولى كأنها كرنفال. . عيناى تقع على كل التفاصيل وتسجلها . . بل أعيشها معايشة . . أحسست بالذوبان وسط الناس والأشياء . . وجدتنى غير قادرة على تحديد معالمى وحدودى من بينهم . . كنت أشعر أنى أبتلع كل من حولى داخلى ، أو أنى وهم، وهم أنا. . وجدتنى أعيش البشر بكامل أحاسيسهم وخبراتهم . . كانت كلحظة ميلاد من جديد . . ليس ميلادى دائما ميلادا لكل البشر. . أنا « سيرينا » فتاة جامعية من «بورتوريكا» تتعذب فى المعتقل وتغتصب لتتعرف على أسماء الطلبة المشاركين فى المظاهرة أنا « بهية » الفلاحة المصرية بكعوبها المشققة حافية ، بعينها الحزينة صمتا وحكمة . . أنا الأميرة « رغد » على حافة الخليج العربى يداعب الهواء شعرها وعطرها . . أنا « فرانسوا » الفرنسية اللقيطة تبيع جسدها عل أرصفة حى « البيجال » . . أنا كل النساء . . أنا حواء لكل آدم إن بقى هذا العصر آدم.

أدركت الآن أن قلمى يمكن أن يترجم هذا ، فيسكب على الأوراق دماً وناراً– ومن وقتها وأنا أكتب كتابات مختلفة تماما عما عهدت نفسى عليه، وأنجزت فى عامين ما لم أنجزه فى خمسة عشر عاما – وبغض النظر عن التفاصيل مع زوجى وكيف يرانى منذ هذا الميلاد ، ورغم المرارة التى لا تزال تعلق بحلقى إلا أنى أتفجر كل يوم عن جديد فى رحلة الاتساق ولم الشمل. . جديد فى العمل. . جديد مع الناس. . جديد مع جهاد.

نجمي في صعود.. وهو أصبح فاشلاً أن يشعرني من جديد أني فاشلة .. فأصبح نجمه في هبوط وهو يراقبني أنجح وأتماسك . الهوة بيننا تتسع وكأننا منفصلان عن بعضنا البعض تحت السقف في حالة تحد.. أنني ما زلت غير راضية عن نجاحي .. مازال هناك شيء ما لا أستطيع التعامل معه.. ربما هذا الشيء هو زوجي.. كنت أستطيع ممارسة لعبة أني كل الناس إلا هو .. وقلت لنفسي: إنه لا معنى مما أسميه الميلاد الجديد إلا إذا استطعت أن أراه هو بالذات ، ولماذا خانني ، ولماذا حاول تحطيمي كل هذه السنين .. جاهدت لأن أتعرف عليه من جديد، أو أن أراه بطريقة مختلفة فوجدت جزءاً مني ما زال يستطيع أن يغفر له خيانته.. نفس الجزء يستطيع أن يقول أنه حاول تحطيمي فقط لأنه ضعيف ولا يحتمل رؤية نجاحي أو هو لا يملك إلا هذا.. شعرت أنه مسكين .. مشاعري بدأت تتحول ناحيته إلى خليط من الشفقة والغيظ والتبني .. وبعدما حجبت نفسي عنه لفترات طويلة كنت « أستخسر » نفسي بادعاء أنه لا يستحق » قررت أن أريه حواء .. كل النساء .. فعدت لنفسي وله كل النساء.. وشعرت

بذلك مختلفاً فعلاً عن التمثيليات الهزلية الليلية فى سنينا السابقة.

ليلة أخرى من ليالينا .. ٣ يناير ١٩٩٦ ذكرى عيد زواجنا السابع عشر، ضبطته متلبساً بالدموع على كتفى .. لم أكن أدرى أهى دموع النشوة أو الإحساس بالذنب ؟ داريت وجهه بين أحضان ذراعىّ، وحكيت له لأول مرة أنى رأيته فى ذلك اليوم وهو يخوننى .. حاول أن يتملص ويخرج رأسه ليرانى وأنا أحكى ولكنى ضممتها . ولم يفلت إلا أن أكملت حكايتى ودموعى تبلل كتفه، ودموعه تبلل ذراعى .. واغتسلنا بالدموع .. نعم اغتسلنا بالدموع .. وكيف وهو ابن روحى .. ابن عمرى .. ولدنا من جديد ..

الفطام = الإعارة التبادلية

فتحت باب غرفتى محيياً بإطراق .. لكنها - بوجودها ترفع الأبصار إليها .. وكانت الثوانى الثلاث بين بابى ومقعدها تستأهل وقفة كونية .. تستأهل الوصف .. أصوات الحلى الذهبية وغير الذهبية تعبث بالمكان .. رائحة الخمر - عفواً العطر - وثوبها الأسود وشعرها المتعدد الألوان كانت محاور حركة وتوقف الزمن .. لثلاث ثوان.

امتطيت صهوة مقعدى ، فانهار فجأة الجلال وتبينت ملامح وتفاصيل حجرة مكتبى هى هى . وأنا ما زلت أنا، وأخذ الطبيب داخلى يتمطى ويستيقظ .. جميلة هى ؟ لا لم تكن جميلة مرّت دقائق التعارف حتى وصلت لكلمتى التى تعودتها كل الحكاية « **خيراً ؟!!** ».

ردت : **ومن أين سيأتى الخير ؟!!.**

ثم بدأت بوصف حالتها : « **تمر بى لحظات أرى فيها الموت بعينه،**

أتوقع توقف قلبى ، برودة تعترى أطرافى.. يصعب على التنفس .. شعور برعب حقيقى . وتنتهى هذه اللحظات لأظل أترقب عودتها بترصد قلق.. وتعاودنى .. وأترقبها ثانية . أخشى أن يكون هذا بداية الجنون بعد كل هذه الفحوصات التى أجريتها ،و أكدت سلامة جسدى العضوية .. ستة أشهر وأنا أطرق باب الأطباء تقريباً يومياً».

أنهت جملتها وهى تمد يدها لملف ضخم ، كمية الوصفات والفحوصات فيه كانت كالمجلد .. وحاولت أن أُدارى غيظى وأنا أحسب المبلغ المدفوع فى هذه الأوراق.

أكملت : **« منذ أسبوع وربما مللاً منى، أشار علىّ طبيب بزيارتك، وحاول إقناعى أن الحالة نفسية ».**

فى هذه اللحظة كانت تسارع بإخراج منديل ورقى لتجفف دميعات كادت أن تفسد مكياجها، بينما كنت – أنا ، مشغولاً بمحاولة تصور الوقت الذى انقضى أمام المرآة ، لوضع كل هذا المكياج .. كيف لهذا الرعب والقلق أن يتأنق إلى هذا الحد ؟!!.

عنت لى إشراقة مجنونة. فسألتها عن أنواع مكياجها، فتحولت إلى امرأة أخرى، مقدمة برامج نسائية منفرجة الأسارير، وكأنها تعلن عن بضاعتها .. ويبدو أنها اكتشفت أنها خدعت فى السؤال واستدرجت للاجابة، واندهشت معى خجلة لتحولها السريع فتململت، ونظرت إلى ساعتها وأعلمتنى أن زوجها بالخارج، ومعه طفلتاها.

أنا : **يا ترى ما هى أخباره معك ..**

هى : **لا .. دعه جانباً، ليس له علاقة بما أشعر به إنه إنسان طيب ، ليس**

له إلا عمله.. لم يقصر ناحيتى فى أى يوم، ربما نكون فى واديين منفصلين ، لكن هذا منذ زواجنا، أى حوالى عشرة أعوام، لكن كلينا تأقلم على ما نحن عليه.

ثم أخـذت فى سـرد تفـاصـيل لا تـهـم.. عـندمـا قـارب الوقـت على الانتهاء، وكتبت وصفتى الطبية بثقة لم أتعودها.

وبدافع من الفـضـول الذى يأكلنى، طلبت رؤية هذا الرجل الذى يدفع ثمن كل هذه الوصفات والحلى وأدوات التجميل، وكان التساؤل داخلى، لماذا يحتمل كل هذا دون تبرم معلن ؟!!!، طلبت منها أن أسلم على ابنتيها وأتعرف على زوجها، وخرجت إليهم أدعوهم إلى غرفتى.

لفت انتباهى جمال ابنتيها وخوفهما، أما الزوج فكان مفاجأة، فهو أبعد ما يكون عن التأنق بعكس زوجته، يبدو كأنه يلبس ملابسه هذه منذ أيام.. وأنه حضر لتوه من عمل شاق أنهكه، حتى أنه لم يبتسم لتحيتى.

اصطحبته لغرفتى وأطبقت وصفتى الطبية، وألقيت بها فى سلة المهملات.. ولم تندهش مريضتى لفعلتى، ربما التقطت رسالة عينى.

طلبت منه أن يعاود زيارتى – معها – فى المرة القادمة دون الأطفال.. لم ينطق، بل هز رأسه بالإيجاب.. كنت – فى هذه الدقائق الأخيرة – متأكداً أنى وضعت يدى على بيت الداء.

فى الجلسة الثانية بدأت هى الحديث، والشكوى منه والتى خلاصتها أنها كلما احتاجت لدفء رجل اشترى لها سواراً ذهبياً.. وفى وسط أزمة تحتاج فيها مشورته – أو حتى صفعة منه – يشترى لها ثوباً غالياً.. وبديلاً عنه، وأغرقها فى الأشياء، غاب.. وكدس منزله بالكماليات

وأشرطة الفيديو « المسلية » لتأنس بها فى غيابه وهو راقد إلى جوارها.

ولما كـان هذا هو الوضع السـائد منذ الزواج – كـمـا قـالت هى – لم أستطع ايجـاد مـعنى أو رابط بينهـمـا وبين بداية المتاعب منذ سـتـة أشـهـر فقط.. أو لنقل لابد وأن هناك عاملاً آخر فى هذه القصة بدأ من ستة أشهر.

بحثنا سوياً عـمـا كـان يحدث فى بيتـهـا أو داخلها فى هـذه الفـتـرة، كنت أُحاصرها عند هذه الفترة، وكانت تقاوم سرد أى شىء له معنى.. ولإصـرارها أنه لـم يكـن هناك جـديد، تأكـدت – أنا – أنه كـان هناك جديد، وأمر مهم، بل ربما كان مفتاح القضية برمتها.

ووسط سـردها لذكـريات هذه الفـتـرة ذكـرت جـديداً لزوجـهـا، حـمـل مـعـه شـريكاً جـديداً للزوج.. ارتـفـع حـاجـباى وكـأنى وجـدت ضـالتـى، زاوغتنى..

« اسـمـه سـيـف » .. قـالت عنه .. « مـؤدب، ربما لم ير وجـهـى جـيـداً لشهور لإطراقه عند الدخول .. فى رأسه خصيلات بيضاء أو رمادية .. يدخن السـيـجـار .. له ذوق فـنـان فى انتـقـاء مـلابسـه .. كـتـابتـه كـالرسـوم .. زوجى يقول عنه : إنه مـعمارى فنان، لكن عنده أفكاراً مـجـنونة، بعض الشىء .. من المفروض ان يثرى و التزم بقانون السوق.. لكـن أفكاره تضـيعه وتضـيع عـليه فرصاً كبيرة.. لم يدخل بيتنا إلا مرات معدودة».

كـانت تحكى عنه وأنا أُراقبها، كأنها شاعرة تهيم فى عينى فارسها، ورغم إنكارها بحدة احـتـمـال وجود أية عاطفة ناحيته، كان وصـفهـا له يؤكـد لى العـكـس، باغـتهـا بما كنت أفكر فيه، فأنكرت هذا الاحـتـمـال، وحـولـت دفـة الحـديث نحـو الذكـرى السنوية الأولى لوالدها التى كـانت

قبل بداية مرضها بأيام .. ولم أستبعد علاقة هذا الخيط الجديد بحالتها ..

انخرطت فى بكاء راق وهى تتذكر والدها ، ولم تخرج هذه المرة منديلا تمسح به دموعها، ولكن أخرجت صورة لوالدها ، وأعطتنى المحفظة السوداء التى تحوى الصورة لأراها.

استغرقت فى ملامح هذا الأب الوسيم بل شديد الوسامة، وشعره المرتب الفضى الناعم ، وأنفه الحاد، والكسرات القليلة حول العينين . صورة فارس الأحلام لكل المراهقات.

ملحوظة : لم تكن تحتفظ بصورة لأمها التى توفيت منذ أربعة أعوام والتى عانت من مرض عقلى لأكثر من عشرين عاما قبل موتها.

كانت صورة الأب هذه ، هى نفس الصورة التى رسمتها فى ذهنى للمهندس سيف!! وعندما تزاحمت علامات الاستفهام داخل رأسى أنهيت الجلسة..

فى الجلسة التالية كنت أتصيد أية علاقة بين الأب **رأفت** والمهندس **سيف** ، ولم أقدم أى ارتباطات لمعرفتى أن مريضتى قد تشوه كل الحقائق عند الاقتراب من هذه المنطقة..

وفى رحلة صيد فجرت « **أمل** » – مريضتى – أحاسيس بالذنب والغضب والكره والخوف نحو أمها، وكانت تخرج منها مشحونة بالحرارة والحماس لدرجة مجنونة، أحسست وقتها أنى صياد خرج للصيد وقادته فريسته لأدغال بعيدة . فلا هو قادر على التصويب، ولا يحاصر فريسته، وإنما هى التى تستدرجه حتى أعتاب فقدان طريق العودة.

كانت بوصلتى وأدواتى للعودة - أو التقدم - هى تساؤلاتى حول احتياجها لآخر حقيقى ، وحول الأب ، وسيف ، والأم ، وبدأت أرسم خارطة العودة أو خطة العلاج.

لنعيد ترتيب الأشياء نظريا، وهى امرأة محتاجة لآخر، ومع الأسف هذا الآخر غير موجود فى الزوج.. لكنه - ربما - يكون آخر شبيها بالأب الرائع ، الذى تختلط فيه صورة الصديق والمثل الأعلى والحبيب والأخ الفاهم ، لكنه بعيد المنال لأنه أب.. وجىء به فجأة للبيت على هيئة صديق الزوج سيف، وفى فترة تذكر للأب فى سنوية وفاته واجترار ذكريات المراهقة.

على الناحية الأخرى، أى احتمال لعلاقة « داخلية نحو هذا الضيف تعتبر جريمة فى نظر أمل تفجر الإحساس بالذنب، فهى لم تتعود الخيانة، نفس هذا الذنب الذى كانت تحسه نحو أمها منذ الطفولة، فالأم غريبة الأطوار، مخيفة، تتناول أقراصاً كثيرة من طبيب نفسى، وأحياناً تهمل نفسها وبناتها، بل تؤذيهما.. حتى نشأت علاقة الخوف، فاحتمال الكره، فالذنب نحو الأم.. بل بدأت الابنة تلعب دور الأم البديلة فى البيت نحو الأب الغارق فى مهامه آملاً فى إعادة التوازن فكانت المفضلة فى المنزل عند درجة بعيدة، وكان هذا يزيد حالة الأم سوءا، تفاقمت اللعبة حتى موت الأم، الذى بدا كأنه انتحار والأب، أمل مسئولة عنه.

أى أن المعادلة هى.. كلما اقتربت أمل من سيف - حتى فى الحلم - أحست بالذنب ، كما كان فى الماضى . كلما اقتربت من أبيها أحست

بالذنب، وفى الماضى لم تحتمل أمل الذنب، فهربت للخيالات فى فارس أحلام دون تنفيذ، وألقت بنفسها فى بيت أول عريس يتقدم إليها.

ولم تحتمل الذنب فى المرة الثانية، ولم تجد فى الزوج مهرباً ، فوقعت فريسة « أخون أو لا أخون » على مستوى القلب فقط، وليست فى الواقع.

وربما كانت لحظة بدء المرض لها أهمية ما ، فقد أحست باقتراب الموت، ورعب الظلمة أول مرة وهى ترضع ابنتها ذات الأعوام الثلاثة، نعم الأعوام الثلاثة، وكان ضوء أعمدة الإنارة الخافت يسقط من فتيحات نافذتها على وجه ابنتها ، فتراءى لها لأول مرة هذا الشبه الكبير بينهما، وتذكرت أنها أيضا أُرضعت حتى صار عمرها ثلاثة أعوام، وأحست أن دورة حياة أخرى تكرر نفسها ، ولأول مرة تشعر أن الجنون هو هو ، والموت هو هو ، والظلمة هو شعر ابنتها الأسود، هى دقات القلب والعرق وبرودة القبر فى الأطراف ، فانتفضت فزعة وكأن شيئا ما قد حدث حينئذ . . ولم تهدأ بعده.

افترضت أن نظريتى صحيحة، افترضت أنها قريبا ستستعيد بصيرتها وتترابط الأشياء والأشباه، أو تدرك الأسباب، ولكن حتى لو افترضت أن الإحساس بالذنب سيتلاشى، فما زال الزوج كما هو ، تركيبة فاسدة فى احتياج إلى إعادة صياغة، لذلك كان لابد من مشاركة الزوج فى العلاج.

فى البداية قاوم الزوج الاشتراك فى العلاج بحجة أنه غير مريض، وأنه غير مشارك فى مرض زوجته . . وبعد مناورات وتحايل أُقحم فى العملية العلاجية، مقاوماً، فمتفرجاً، فمستأنساً، ففعالاً . . ومع كل انتقالة فى موقف الزوج من العلاج، كانت تتأكد ارتباطات الشبه بين الزوجة

والطفلة ، واحتمال تكرار دورة حياة الأم كالجدة . أو احتمال الشبه بين الأب والمهندس سيف. . أو رؤية الاحتياج لرجل وعدم احتمال فكرة الخيانة.

كانت مؤشرات تقدم العلاج تغير هيئة وملابس الزوج، ودفء العلاقة الزوجية الخاصة ، وانحسار الخوف فى عيون ابنتيهما.

الجلسات المشتركة الأولى كانت مليئة بالتصارح الذى وصل حد التراشق بالألفاظ وإلقاء الاتهامات ، يتهمها بالرعونة والأنانية والجنون، وتتهمه بالبلادة والغباء وعدم الإحساس ، ورويدا رويدا دخل فى العلاقة التماس العذر حيث لا يملك كل طرف إلا ما هو عليه ، فتأنقت هى وتبلد هو. ومنذ بدأ كل منهما احتمال الآخر والتماس العذر له تنازل كل طرف قليلاً عما كان عليه، وكأنها أعارته قليلا من أناقتها ليتجمل ، وأعارها قليلا من بروده لتهدأ.

لم يكن من الضرورى التحدث عن الأعراض المرضية، فقد تلاشت، ولم نكن نعيرها انتباهاً، فقد كان ثلاثتنا يركز على العلاقات الزوجية لا الأعراض المرضية، عن الغد لا عن الأمس.

وحان فطام الطفلة الصغيرة ذات الثلاثة أعوام . . . عندها استخدمت أمامها تعبير الفطام لإنهاء العلاقة بيننا كطبيب ومرضى ، أدهشتنى رغبتها فى إعادة التعاقد لعلاج جديد أملاً فى حياة أفضل ، قالا :« إنه الفطام ولكن لنبدأ تعلم المشاركة بالطعام ».

د. سامية حواس
أستاذ المناعة بكلية الطب - جامعة المنصورة

الضغوط اليومية وعلاقتها بالتنبؤ بالأمراض النفسية

ترتبط الضغوط دومًا بالأحداث اليومية وكلنا نتعرض لها فكيف نفهمها ؟ وكيف نتنبأ بها ؟ وهل حقا يمكننا أن نتنبأ بما يمكن ان يصيبنا من أمراض ؟! هل يمكننا أن نعالج هذه الضغوط فيمن حولنا من أحبائنا؟ وهل نتخلص كلية من الضغوط أم لابد أن نبقى على مقدار ضئيل منها حتى ننافس ونعمل ونستمر فى حياتنا بروح خلاقة ؟

وهل معالجة الضغوط تعنى فقط تعلم طرق للتكيف مع الضغوط والتعايش وهل علاج الضغوط يتوقف على تغيير البيئة فقط؟؟

أولاً : المقصود بالضغط أى تغير داخلى أو خارجى من شأنه أن يؤدى إلى تصلب بالانفعال الحاد والمستمر.

داخلى مثل : المرض ، الأرق ، القلق ، الأحزان ، الوساوس ....

خارجى مثل : السفر، ظرف العمل ، الصراعات الأسرية، ....

ثانيا : يمر الإحساس بالضغط ب ٤ مراحل:

(أ) مشقة تتطلب طاقة كبيرة .

(ب) تعود ومحاولة تكيف مع الضغوط .

(جـ) الشعور بالإجهاد والتعب .

(د) الاضطراب سواء العضوى أو النفسى غالبا وقد تصل إلى الوفاة المبكرة .

ثالثاً: تستجيب أعضاء الجسم الضعيفة أولا للضغوط مما يعطى مؤشراً إلى ارتباط أمراضه الخاصة به.

فمثلا: فشل الجهاز المناعى يحدث الإصابة بالسرطانات، وفشل الجهاز الهضمى يحدث أمراض المعدة، وفشل الدورة الدموية يحدث السكتة القلبية.

رابعاً: تختلف شدة الاستجابة للأحداث اليومية حسب الأفراد عمراً وجنسا وثقافة ومستوى اجتماعياً وريفًا وحضرا وعوامل أخرى.

خامساً: أمكن من خلال الأدوات النفسية تقديم طرق تساعد على التنبؤ ومن ثم الذى ينتج من الضغوط.

فقد أمكن التنبؤ بإمكانية إصابة شخص ما بالأمراض خلال العامين القادمين المقياس الوارد هنا وذلك من خلال معرفة كمية الضغوط الواقعة عليه فى الظروف الراهنة . وذلك بصورة أدق من المؤشرات البيولوجية وحدها • ضغط الدم السكر فى الدم / أو الكولسترول)

ومن ثم فقد خرج الباحثون بقانون خلاصته أن الضغوط بأنواعها بيئة خصبة للإصابة بالأمراض العضوية والنفسية من هنا: تبين أن أكثر الناس استهدافا للإصابة بالاكتئاب هم أكثرهم تعرضا لها ومن أهم هذه المقاييس.

« مقياس تصنيف التعديلات الاجتماعية »

ابتكرها الطبيب النفسى « توماس هـ. هولمز » من كلية الطب فى جامعة واشنطن فى التعرف على الأمراض الجسدية المتعلقة بالضغوط يدع هذا المقياس : « مقياس تصنيف التعديلات الاجتماعية » وهو

عبارة عن ٤٢ حدثا تمزق حياة الإنسان العادى .

اعتمد المقياس على تجاوب مئات الأشخاص من أعمال وثقافات ومستويات وكانت نتائجهم عليه كالآتى:

الحدث . درجة وقع الصدمة

موت الزوج ١٠٠

الطلاق ٧٣

انفصال الزوجين ٦٥

إمضاء فترة فى السجن ٦٣

الزواج ٥٠

الطرد من العمل ٥٥

المصالحة الزوجية ٤٥

تغيير فى صحة أحد أفراد العائلة ٤٤

الحمل ٤٠

الصعوبات الجنسية ٣٩

دخول عضو جديد إلى العائلة ٣٩

تعديات فى مكان العمل ٣٩

تغير فى الوضع المالى ٣٨

موت صديق مقرب ٣٧

تغيير فى نوع العمل ٣٦

تغيير فى عدد الخلافات الزوجية ٣٥

رهن بقيمة تزيد عن ١٠٠٠٠ دولار ٣١

حبس الرهن أو القرض ٣٠

تغيير المسؤوليات فى مكان العمل ٢٩

مغادرة الابن أو الابنة المنزل ٢٩

مشاكل مع أهل الزوج أو الزوجة ٢٩

الإنجازات الشخصية الخارقة ٢٨

ابتداء توقف الزوج عن العمل ٢٦

ابتداء توقف الزوجة عن العمل ٢٦

ابتداء أو انتهاء المدرسة ٢٦

التغيير فى ظروف المعيشة ٢٥

المشاكل مع المدير ٢٣

التغيير فى ساعات أو ظروف العمل ٢٠

تغيير المسكن ٢٠

تغيير المدرسة ٢٠التغيير فى وسائل الترفيه ١٩

التغيير فى النشاطات العبادية ١٨

رهن أو قرض بقيمة تقل عن ١٠٠٠٠ دولار ١٧

التغيير فى عادات النوم ١٦

التغيير فى عدد اجتماعات العائلة ١٥

التغيير فى عادات الأكل ١٥

العطلة ١٣

عيد الميلاد ١٢مخالفات بسيطة للقانون ١١ .

مقتبس من ... (. **the social readjustment rating scal holmes t.h**

(Rahe r H 1967

والمصدر **(urnal of psychosmatic medicine)**

سادسا : هناك دراسات واعدة لتحديد العلاقة بين نوع الضغوط وارتباطها بنوع المتوقع حدوثه وذلك كما يلى :

الضغوط المزمنة .... تؤدى إلى ضغط الدم

ضغوط العمل .... أمراض القلب

ضغوط حادة مفاجئة (طلاق / موت / اغتصاب) .... ضعف الجيش ومن ثم السرطانات

ضغوط القلق والمستقبل .... قرحة المعدة ضغوط الخوف والغضب .... أمراض الربو الضغوط الجسمية .... والاكتئاب .

سابعاً : العلامات الدالة على الضغوط

أ / اضطرابات (النوم / الهضم / التنفس) .

ب / خفقان القلب

جـ / القلق على أمور لا تستدعى القلق .

د / الأحزان الشديدة .

هـ / التوتر الدائم .

و / الغضب لأتفه الأسباب .

ز / الشعور السريع بالإجهاد .

ثامناً : الشروط اللازم توافرها لتأثير الضغوط على الصحة النفسية

أ / وجود اضطرابات انفعالية (قلق / غضب / اكتئاب / ....)

ب / الشخصية الانطوائية.

جـ/ ضعف المهارات الشخصية والمهنية والاجتماعية للفرد.

د / التقدير المعرفى للضغوط (أى كيف يفسر ويفهم الفرد هذه الضغوط وكيف يتعامل معها..).

هـ / الخبرات الشخصية السابقة (فمثلا من تعامل مع حادثة طلاق سابقة سوف يتعامل مع حادثة طلاق حالية بطريقة أسهل).

تاسعاً : نصائح سريعة للتعامل مع الضغوط

(١) لا تراكم الضغوط عليك : عالجها أولا بأول (من خلال التعرف على الموجود هنا).

(٢) تخفف من الضغوط وليس عليك أن تتخلص منها، ومن ثم تدرب على التكيف على بعض الضغوط عن طريق حل المشكلات بقدر الإمكان.

(٣) وازن بين احتياجك كإنسان وبين متطلبات الآخرين، بمعنى أعط نفسك فرصا للاستجمام والخلوة مع نفسك ولا تنفق نفسك كليا على الآخرين فذلك أدعى أن تستمر فى عطائك لهم.

(٤) تعلم أن تقول لا لمن يضغطون عليك أو لمن لديهم مطالب غير معقولة .. لا تكلف نفسك فوق طاقتها.

(٥) فى الجدال تعلم أن تكسب الشخص الموقف فذلك أدعى أن يتم كما تريد فيما بعد .. أفضل طريقة لكسب الجدال هى تجنبه .. وعليك أن تفرق بين جدال عقيم وبين مناقشة بناءة والوصول للحق..

(٦) وزع أعباء العمل على المحيطين بك فأنت وحدك المسئول .

الزوجة . الموظفين . بعض معارفك / أسرتك الأب والأم والأخوات والإخوة).

(٧) تجنب أن تزحم وقتك وتملأ جدولك اليومى بأنشطة يومية على مدار الساعة، وقتا للراحة والترفيه لا تنسى أنك إنسان .. أنت لست آلة.

(٨) تعلم طرق التنفيس الإيجابية عن الغضب .. مثل : الاسترخاء / الترفيه / تعديل الحوارات الدخلية / إعادة تفسير الموقف وتبسيط أثر الإهانة / أخذ الناس بحسن الظن قل لنفسك لعله لا يقصد لعلى أنا خطأ / ....

(٩)كون دائرة من الأصدقاء يتسمون بالود والمرح وتجنب أصدقاء النقد.

(١٠)افتح مجالا للحوار مع زملاء العمل والجيران والأصدقاء الذين دوما تتفق معهم فى الآراء أو تختلف معهم فى آلية العمل.

(١١)مارس رياضة (سباحة / مشى / غير ذلك).

(١٢)نظم غذاءك كما وكيفا ومقدارا وتوقيتا وعادات.

(١٣)ابتعد عن مصادر الغضب كالضوضاء والتلوث والضجيج.

(١٤)راقب طريقة تفكيرك ولعل فهمنا لنظرية A.B.C يسهم فى توضيح ذلك.

الجزء (٢)

موعد في عيادة الطب النفسي

موعد فى عيادة الطب النفسى

أ.د سهير عباس حلمى

سيكولوجية المرض النفسى

الجسم السليم لابد وأن يتحكم فيه عقل سليم، وأصبح الإنسان على مختلف أطوار عمره يسعى إلى الصحة بشتى الطرق..

المرض البدنى حيرة وذهول، والسقم الذهنى تخاذل وضعف وذبول، والخلاص من الشوائب النفسية والبدنية هو الحل الأفضل والأسلم والأسمى للإنسان فى حياته، وما التوعك المسترسل المتصل الحلقات سوى الدعاء بطول الأسى ودوام الغصة بين الطمأنينة والارتياح .. ما بين الصحة والمرض والإحجام عن أخذ الأهمية لكل طارئ من علة ومفاجئ من مرض.

والمرأة هذا اللغز المحير ماذا تعلم عن نفسيتها وهى طفلة، ثم صبية، ثم شابة وسيدة وزوجة وأم ومرضع وحامل؟! .. لكل فترة نفسية على شكل ولون فيا ترى ما هى ألوان العقد النفسية التى تؤثر فى حياة المرأة النفسية؟! خدمة جديدة أقدمها لك عزيزتى حواء لأتجول بين مشاكلك النفسية حين تصرخين قائلة:

أين عقلى؟ .. الراجل ده هايجننى .. ولا عزاء للصراخ.

علم نفس وعلم جسم .. كيف؟

هما علمان يكمل كلا منهما الآخر فالأول :-

علم يبحث فى نواحى النفس وشذوذها وما يتنازعها وما يعتل فيها .

علم يعنى بالفرد كفرد وبالجماعة كجماعة، وما يدور فى النفس المريضة من همس ولغط، وفى تعمقه يصطدم بصخور كثيرة ،ويغشى حقولا بعيدة بعقل البعد قريبة كل القرب من النفس وحقائق ما يصدر عنها من أمور نفطن إليها أو نمر بها غير عابئين، وعلم النفس يصور نفسية الفرد وحركته وردود فعله وتجاربه وسلبيته وتنائيه وقربه وابتعاده عن الواقع وإغراقه فى الواقع، يصور الأضداد ويصور الآلية والسلبية والتقليدية وصلة الفرد بما يكتنفه، وصلته بمن يعيش فى جواره، ويشمل علم النفس الخاصيات والصفات، وقد يتبادر إلى الذهن من كثرة التنوع فى الاختصاص أن السيكولوچية فروع منفصلة متباينة متعددة ذات وجوه وأطراف وفروع، ولا نؤيد أو ننفى لما فى هذا القول من صدق ولما به من تجاوز وغلواء وهذا المظهر المتعدد الوجوه المتكاثر السيماء يزداد بروزاً فى نواحيه المختلفة .

ويعتقد الكثير أن كلا من العقل والجسد لهما خاصية مستقلة مختلفة، وكلاهما لا يسيران بخطين متوازيين، وأن الأحداث فى الذهن تخضع لقوانين قابلة للتمحيص .

ماذا يطلب الإنسان فى حياته؟

لا يطلب الإنسان فى حياته لحياته أكثر من السعادة والعيش الرغيد .

ما غايته ؟ ما هدفه ؟ إن لم تكن السعادة والبقاء حتى آخر أيام حياته

قانعا راضيا.

وللكفاح المستمر فى سبيل السعادة والهناء جانبان أو وجهان.

الإيجابي والسلبى

فمن ناحية هو يناضل لإقصاء الألم وتحقيق الشفاء، ومن ناحية أخرى لبلوغ الهدف من مباهج الحياة.

ولكن بينه وبين الشقاء قربا لتفسد دائما الأفراح، وأهمها الخوف والقلق والجزع، وكلها عناصر فتاكة هدامة يتوجها الموت ومهما قالوا فالإنسان دائما يعشق الحياة؛ فلتكن حياته أفراحاً قدر ما استطاع.

والسعادة عموما تكمن فى الصحة .. صحة البدن، وصحة العقل وصحة النفس، وقد لمس العلماء هذا الواقع فأكدوا على ومراعاة النفس مراعاة الجسم.

السعادة هى أصل الحياة

لو كان فى المعرفة خلاص للعالم لكنا الآن فى حالة من السعادة وارفة الظلال، غير أن المعرفة امتدت وتشعبت لتتناول أموراً لا حصر لها، ولتصبح وسائل لغايات لا تفتأ تتجدد وتتنوع، ولكن الصلة تنفصم بين المعرفة والفلسفة والسعادة.

والسؤال الذى يتردد فى كل زمان ومكان هو كيف تكون المعرفة معبراً إلى

الحكمة والسعادة.

المعرفة التى تعنينا وتستوقفنا ليست المعرفة وحسب، إنما هى المعرفة التى تجمع بين المظهر النفسى والفنى فى أسلوب من الحياة يؤدى إلى تجرع الماء حتى آخر قطرة من ينبوع الحياة.

ولا مرية من أن الأحاسيس النفسية المنبثقة عن الفرح والحب والثراء والسلام هى نتيجة تألق نجم فى أعماقنا يدعى نجم السعادة.

والإنسان الحكيم العاقل هو الذى يتذوق طعمها كلها ليعيش عمره بعيدا عن المنغصات والمكدرات؛ فالسعادة من صميم هذه الدنيا والذين يقاسون ويعانون ما هم إلا الأشخاص الذين ولدوا مع الشؤم والنحس فى ليلة مظلمة.

هؤلاء الناس يتخبطون فى مصاعبهم ويعيشون فى رعب، هؤلاء يجب أن يراجعوا أنفسهم ويفعلوا ما هو خليق بهم، لكن تتبدل نظرتهم إلى الحياة ويتغير موقفهم منها، فيعثرون أخيرا على الحلقة المفقودة فلا يفزعون ولا يرتعدون بل يواجهون الحياة بشجاعة وإيمان.

السعادة شيء نحس به ونستطيع أن نعثر عليه، وعلينا أن نبدأ يومنا بقلب بلون الربيع وحماسة وعزم وتصميم دون أن تطرف لنا عين أو يختلج فينا إحساس بالخوف والجزع.

إحساس غامر بالسعادة

المرأة تسعد فى حالات كثيرة أهمها.. لقاء الحبيب، والحنان الذى يغمره بها، وكلمات الحب الدافئة، ومجاملته النفسية لها وخوفه الشديد عليها .. إذن الحب بكل ما يشمل كل هذه المشاعر والأحاسيس يسعد المرأة ..

يسعد المرأة إحساسها بالأمومة، وبأنها تربى وتهدهد زهور عمرها.

لكن الشيء الذى يميتها ويجعلها أطلالاً هجر الزوج والحبيب وموت الحب فى قلبها بفعل القسوة، وهذه القسوة تسبب عندها عقداً نفسية جسيمة.

لذلك لابد أن تواجه المرأة بشجاعة فالشجاعة؛ تغلب الحزن والمرض والهم.

قاموس الأمراض النفسية والعصبية

مس الاغتسال [الموسوس]

مرض أدنى إلى الهوس .. متى استشرى المرض فى المريض، فإنه يقبل على النظافة والاستحمام فى جنون مفرط، يغتسل خوفا من التلوث ليعود إليه وغالبًا ما نسمى هذا الإنسان بالموسوس.

الشـــاذ: وهو انحراف السلوك، واعوجاج التصرف، والتمادى فى هذا الانحراف والاعوجاج، كل شيء فيه يتخذ اتجاهاً غريبا غير سوى، كل شيء يحيد عن الاتجاه السليم فى الطباع والسلوك والإدراك والشعور .

إذا أحب حب بشذوذ.

إذا عمل عمل بشذوذ .

وإذا تكلم تكلم بشذوذ.

وإذا تزوج كان زواجه أيضا بشذوذ، وتكون حياته الزوجية شاذة وكثيرا ما نجد المرأة المتزوجة من هذا الشخص مريضة نظرا لكثرة المعاناة التى تلاقيها مع مثل هذا الشاذ.

فقدان الإرادة

يفقد المرء الإرادة فتموت .. أو يفقدها هافتغرق فى سبات، وهو عجز مرضى لا يستطيع المصاب به أن يقرر أو يعمل.

والكلمة يونانية الأصل معناها «ذهاب الإرادة» والحالة متى فقد المرء إرادته خطيرة مدمرة، يضطرب فيها المريض ولا يؤمن بعمل ينجزه بل ولا يشعر بالهمة ويتحول المرض شيئا فشيئا إلى ما يشبه النورستانيا أو الهستيريا وهذا ما هو معروف مقدمة للجنون.

فقد القدرة على الحساب

مرض نفسى عجيب يتطور بسرعة من سيء إلى أسوأ، فيعجز المرء عن حل أى مسألة حسابية مهما كانت، لا يجمع، لا يطرح، لا يقسم، لا يضرب وكأن عقله مشلول تماما.

الخوف من الحشرات

مرض يتولد عن الخوف الشديد من أى حشرة كانت، فيفزع أشد الفزع ويعكف على جسمه دون أن يكون للحشرات وجود فيه، يحكه ولكثرة حكه يتقشر.

زوال فهم المدركات

غموض الأشياء والعجز عن فهم المواقع والأوضاع المدركة وكذلك العجز عن فهم الكلام واللغة.

عمى الألوان

فقد القدرة على التمييز بين لون ولون، وقد يكون أحيانا متزامنا ومترافقا مع الخوف من الألوان وكذلك الأضواء الساطعة.

رهبة الارتفاع

يخاف المرء من الأماكن المرتفعة، يخاف من الطوابق العالية وصعودها، ويصاب بالدوار والغثيان.

عصاب جسمي المنشأ

مرض ينجم عن عوامل جسمية راهنة مثل الممارسات الجنسية المفرطة، وليس لهذا المرض علاقة بكبت سابق للعاطفة والمشاعر.

الهلاس الحاد

حالة عقلية مرضية متسمة بالهلوسة الفاحشة، والهذيان المتناهى ولا يؤدى هذا إلى فقد الوعى.

الإدمان

حالة يصل إليها المرء من انهماكه فى تعاطى الدواء أو الخمر أو المخدرات ويكون الإقلاع عنها غاية شبه مستحيلة.

غياب حاسة الذوق

يصيب المرء بتبلد فى حاسة الذوق، فلا يفرق بين مذاق، ومذاق وكأن الحاسة عنده قد كبلت وحبست فيعجز عن وصف ما ذاقه.

العدوانية

إنها الاستجابة العكسية للشعور بالخيبة أو الفشل أو الحرمان فيهاجم المصاب بها غيره، وقد يكون السبب مستمدا من « إرادة السيطرة »

المانخوليا المتهيجة

أو السوداء المضطربة، إنه الاكتئاب المفرط العميق الجذور يرافقه هياج شديد وتلذذ وألم.

نطق هياجي

يتكلم المرء بانفعال وتوتر فيخطئ وهو يكرر العبارة مثل العبارة.

العمى الحسى

وكأن قلب الإنسان عمى، أو كأن إحساسه بين العمى أى التحير والتردد، فيفقد كل قدرة أو أى قدرة على فهم الإشارات الحسية ولا يستطيع أن يدرك معانيها أو يفرق بين الأشكال والأشخاص

اللا إرادية

لا أدرى .. لا أعرف .. مذهب يؤدى إلى الجنون، معتنقه لا يقر

بوجود الحقائق ولا بقدرة الإنسان على إدراك الحقائق ومعرفتها مذهبهم « لا أدرى » أو « أنى أجهل كل شىء » .

رهبة الخلاء أو الفضاء

إنه الخوف المرضى من الأرض الفضاء أو الخوف من الأماكن الفسيحة المترامية، فيتجنب المصاب به الأرض الخلاء الواسعة ويتجنب الشوارع الخالية من المارة .

العجز عن الكتابة

يعجز المصاب فجأة أو شيئا فشيئا عن الكتابة نتيجة إصابته بنوبة دماغية حادة وينسى الكتابة أو ينسى أكثر حروفها .

جنون وحشى

إنه الجنون الشرس الرهيب ولا يتورع المصاب به عن القتل .

العمى الحركى

يفقد المرء الحركة، وينجم عن الخلل الوظيفى ولكنه ليس بالشلل كما نعرفه ونفهمه إنما هو اضطراب وظيفى ومن الممكن معالجته .

الخرس (غياب الصوت)

أو فقد الصوت وهو خلل فى النطق يعجز معه المصاب عن الكلام، فيغيب صوته وإن كان جهاز النطق به سليما .

رهبة الألم

الخوف من الألم الجسدى، والذعر من الشعور بالأوجاع، يرتعش

المصاب لأقل وخزة ويلهث إذا رأى متواجعا ويكاد يسقط متهافتا كلما تصور نفسه متألما.

الغلمة الغيرية

سبقية موجهة نحو الغير تنحصر فى انتزاع المتعة الجنسية بواسطة الغير فلا تبقى فى نطاق الذات، ولا تبقى محصورة فى الذات وفى جسد الذات بل تعم الآخرين من الناس.

ذهان اتهام الغير

اضطراب عقلى يجعل المصاب يتهم الغير بالنوايا السيئة والأفكار اللئيمة كل امرئ بإضمار الأذى وتبييت الشر لشخصه.

ازدواجية المشاعر

خلل عقلى يشعر معه المريض بالحب والبغض فى آن واحد، والرغبة والرهبة كذلك فى آن واحد.

فقدان الذاكرة

أو النسيان الكلى أو الجزئى وأخطر مراحله النسيان الرجعى الذى يجعل المريض ينسى كل ما جرى فى السابق، والعجيب أنه قد يتذكر أمورا معينة، كما أنه قد ينسى أمراً رآه أو حادثا وقع له قبل أيام معدودة.

عديم الأسدية

أو انعدام الرجولة ويطلق هذا الوصف على الرجل الذى يفتنه التخنث.

رهبة الرجل

خوف شديد يستحوذ على المرأة ناجم عن صدمة نفسية تجعلها تمقت الرجال، ولا تطيق رؤيتهم، ولا تلبث المصابة أن تميل بمشاعرها نحو النساء.

شذوذ عن السوى

عبارة عن الانحراف فى النماء السوى أو الانحراف من المسلك السوى، وقد يكون الانحراف فى الرؤية الصحيحة للألوان.

غياب الشهية

يفقد المرء شهوة الطعام من جراء مرض نفسى أصابه، فينحرف عنه وتشمئز نفسه منه حتى لو كان متضورا جوعا.

الحصر النفسى

إنه القلق والغم، حالة توتر نفسى وانفعال تطول مع الشخص، فيتوحش ويهجس ويرفض المريض الدنيا ودائما ما يشكو ويحمل الهم.

كراهية الرجال

خوف مرضى من العلاقة الجنسية مع الرجل، تكرهها، وتكره كل رجل وتنفر حتى من محادثتهم وسماع صوتهم.

الفزع من العنانة

فزع يعترى الرجل من فقدان القدرة الجنسية، وينقلب الخوف إلى شبه حقيقة، فيعجز عن الاستمتاع وتقل لذته، وقد يؤدى الفزع إلى عنانة حقيقية.

الحُبسة

أو فقدان القدرة على الكلام، وهى تنتج عادة عن أذى يلحق بالدماغ وقد يشق على المصاب منهم الكلام المقال والمكتوب.

الذهول

يصاب المرء بتشتت عقلى مفرط، يصاحبه شرود فى الفكر وسهو عن جميع الأمور، وتجاوز، وتفويت

فقد النطق

ارتباك الإنسان وعجزه عن النطق، وهذا ينجم عن الانفعال الذى يعتريه أو عن عصاب نفسى يحل به.

فقد الصوت

شلل يصيب حبال الصوت أو خلل طارئ فيفقد المصاب قدرة إصدار الأصوات.

فقد القدرة على الكلام

إنه العجز عن النطق فينعقد اللسان من جراء التشنجات العضلية ويعرف بعقدة اللسان.

العمى الحركى

فقد القدرة على الإتيان بحركات متسقة معقدة، ناجم عن انحراف شديد يصيب الوظائف التعبيرية الحركية؛ فيعجز الشخص عن أداء الحركات المقصودة وفهم ما حوله من أشياء، وقد لا يكون المصاب متألما من خلل عصبى أو من شلل.

الوهن

الضعف وفقدان القدرة، أشبه ما يكون بالنور ستانيا أى النهك العصبى والاختلال الذهنى، وهذا الضعف المستحوذ مرده إلى الإنهاك النفسى.

رهبة البرق والرعد

خوف مرضى شديد من البرق والرعد، ويطال هذا الخوف المريض فى فصل الشتاء كله لما يتخلله من عواصف رعدية وبرقية.

الرُجعى

عودة إلى صفات وعادات الأسلاف التى ابتعدت عنها الأنسال السابقة ،وتسمى هذه الرجعة أيضا « التأسل » فصفة أو أكثر تظهر بعد اختفائها زمناً طويلا وهو الرجوع إلى الوراء، والرجوع إلى طريقة مضى عهدها.

مس الزواج

رغبة ملحة فى الزواج تستحوذ بتشبث على تفكير المرء، وتجعله يقدم على أمور غير سوية، ويتصرف تصرفات مستهجنة.

خوف الزواج

الخوف إلى حد الهلع من الزواج حتى مجرد الفكرة تجعل فرائص المريض بهذا الخوف ترتعد، ونقيضه مس الزواج أى الرغبة المفرطة فى الزواج والإقدام على ما يحرمه القانون أحيانا لتحقيق هذه الرغبة.

قضم الأظافر

يتعود الصغير أو الكبير على قضم أصابعه وهى عادة قبيحة تؤلم وتلفت النظر، فيحاول الأهل عبثا صرف المتعود عنها، ويستمر فى قضمها بلا وعى، ولا يقلع إلا تلقائيا وشيئا فشيئا، أما السبب فغير واضح ولكنه نفسى ولا غرور.

النرجسة

عشق الذات والتدله بها، استعيرت الكلمة من اسم نرسيس الإغريقى الذى تقول الأسطورة بأنه كان مفتونا بخياله، ويقول محللو النفس: إنها من أول مراحل التطور النفسى الجنسى عندما تكون الذات محور اهتمام الصغير.

مس العقاقير

تهافت مرضى على العقاقير وخصوصا المخدرة منها وهو يتحول آليا إلى إدمان مفرط.

الخوف من المرض

رهبة تعترى الشخص فيقض مضجعه، يخاف من مرض ما ويفكر به

ليل نهار حتى كأنه قد أصيب به فعلا ويصبح الهاجس أشبه بمس.

الغثيان

غثيان النفس شعور بالاشمئزاز الشديد وقد يحدث الغثيان والقيء.

السلبية

موقف عقلي يتسم بالشك في كل ما يتعبره الغير مؤكدا، أو نزعة إلى رفض أداء ما يطلب إليه أداؤه، ومحاولة القيام بما هو عكسه. إنها المعاكسة ويتصف بها الصغار أكثر من الكبار، فيأبى الصغير الامتثال، ويرفض الاقتراح وتصبح السلبية عادة متأصلة تلازم المرء وتسبب له المتاعب والآلام.

الخوف من الجديد

ميل رجعي أو حالة نفسية تضطر صاحبها إلى نبذ كل جديد، والارتداد إلى القديم، ويعارض الشخص كل جديد ويقاومه ويأبى الاعتراف به أو حتى البحث فيه.

الاستحواذ

إنه تسلط فكرة أو شعور على المرء تسلطا شديدا مقلقا لتصبح كالهاجس المستبد الذى لا يفارق الذهن ولا الشعور وأحيانا ترغم هذه الفكرة الشخص المعنى بارتكاب عمل يلام عليه ويعاقب.

للخوف سيكولوجية

مجرد فهم منشأ الخوف لا يحمل فى حياته الغلبة والانتصار ففهمه

وسبر أغواره يعينان الإنسان على تذليل الصعاب واجتياز العقبات، ولا غنى للمريض عن الدواء والإيحاء، فهما يجعلانه قادرا على مجابهة العناصر المتجمعة ضده وهذان نموذجان لحالتين طبق فيهما الأسلوب العلاجي.

الحالة الأولى

تقول صاحبتها: كنت صغيرة أعيش إبان الحرب فى مدينة أوربية، كانت المدينة قريبة من الجبهة، والقنابل تتساقط كوابل، والرصاص يئز ويملأ الأرض والفضاء، والظمأ أصبح يخيم على البيوت، والجوع حل محل الشبع، وأبى وأخى ذهبا إلى ميدان القتال.

أربعة أعوام مرت، والحرب تحصد الناس، وتبيد الأسر، وتهدم وتدك وتشعل النار فى كل مكان، وشاهدت من المناظر المروعة ما يشيب له رأس الوليد، وسمعت من الدوى والهدير ما تقشعر له الأبدان، ورأيت الجثث المحترقة، والأشلاء المتطايرة، ووضعت الحرب أوزارها بعد أن حصدت أرواح البشر، وهدمت أعمدة الحضارة وكادت تقتلعها من جذورها وعاد أبى سالما أما أخى فقد لاقى حتفه وذهب مع ملايين الذاهبين.

وفى ليلة ونحن نغط فى نومنا هاجم البيت خمسة جنود مدججين بالسلاح، وتناهى إلى سمعى صوت أبى يستغيث فهرعت إليه، ولكن أحد الجنودس استقبلنى بحربته متوعداً وطلب المال، فسارعت إلى تقديم ما فى حوزتى، وبعد شهر أو أقل اعتدى علىّ جندى أضاعت الخمرة عقله، فاستنجدت وأغاثنى ضابط فنجوت، لم أتأثر من هاتين

الحادثتين فأنا شجاعة بطبعي لا أيأس بسهولة، وكنت أحب المرح محبتي للضحك وأكره الهم كرهي الموت.

وبلغت السابعة عشرة من عمرى، فصحبنى عمي إلى أمريكا حيث خضت ميدان الأعمال لكى أساعد أهلى وأمدهم بما يتيسر من أموال وبدأ الفقر ينتشر فى بعض البلاد بما فيها بلدى، لكننى استطعت أن أواصل الليل بالنهار وأتعلم الإنجليزية، وحينما بلغت الثانية والعشرين تقدم لى شاب أحببته وأحبنى وتزوجنا وعشنا ترفرف علينا السعادة لما وجدته معه من حنان وتفاهم.

إلا أن السعادة لا تدوم طويلاً فقد أصيب زوجى بمرض أقعده عن العمل فاضطررت أن أتحمل القدر وأضاعف عملى .. ولكنى فى خضم العمل فوجئت بنوبة صداع شديدة عرفت بعدها أنى حامل وأن هناك ثمرة تزرع بين أحشائى، فكانت عبئا جديدا يضاف إلى أعبائى وتوالت الأيام وأنا أكد وأتعب لا أهدأ ولا أستريح.

وحانت لحظة المخاض، ورغم ما عانيته من آلام وكدت أفقد حياتى إلا أن طفلى جاء إلى الدنيا يضحك ويناغى ويسعد مهجتى.

وأصبحت بعد خروجى من المستشفى أخاف كل شيء، ويتمثل لي الجندى فى كل لحظة رافعاً حربته لإغمادها فى جسد الطفل، وخيل إلى أنه أغمدها فى أحشائه وقتله، وحملقت بعينى واندفع طفلى نحوى فرفعته لأتأكد من سلامته، واستمر الخوف يملأ قلبى وما هى إلا غمضة عين وفتحتها حتى اتصلت بزوجى ورجوته أن يقدم بسرعة لأن هناك رجلاً ينوى قتل ابنه.

وجاء زوجى بسرعة وما لبث أن صحبنى إلى الطبيب فأجرى الفحص والمعاينة وطمأننا فقال: إن السبب هو معاناتى خلال الحمل والولادة.

ولكن العارض لم يفارقنى فأنا دائما أتخيل صورة الجندى وحربته فى كل مكان فى المنزل فى الصالة .. تحت السرير .. فى الحمام .. شىء جعلنى أفزع بجد .. وغابت عنى السعادة وامتلأ قلبى بالشقاء وأصبحت الحياة سوداء مقيتة أعيش وكأنى أموت .. إنى أخاف وأكاد أموت خوفا وهزل جسمى وقل وزنى وعلت وجهى صفرة وأصبحت نظراتى شاردة وجفانى النوم...

هذه قصة إحدى السيدات الخائفات .. أربع سنوات قضتها فى تعاسة من العيش وبالرغم من معرفتها بأن الوهم سبب لها كل هذا الضنى فإنها لم تنقطع عن الشعور بالخوف من الجندى.

الحالة الثانية

هى قصة لامرأة أصيب ثلاثة من أبنائها بمرض التيفويد، لم تكن تشكو من أى علة كانت موفورة الصحة.. تضج حياة وإشراقا تنظر إلى المستقبل ببشر وتفاؤل فلما حل المرض بأولادها، اضطرت إلى وقف جميع وقتها عليهم تمرضهم، وتعتنى بهم تطعمهم وتسقيهم وتعطيهم الدواء وتقضى معظم ساعات الليل

ساهرة حتى نالها من جراء ذلك تعب شديد .

ونبهها الطبيب إلى إسرافها فى إجهاد نفسها، وسهرها المتواصل، وحذرها من الجراثيم والعدوى، وأوصاها بغسل الآنية وتعقيمها، وبغسل الثياب وتطهيرها، واستجابت لأوامر الطبيب وفعلت كل ما طلبه منها .

ومرت الأسابيع وهى تعكف على هذه الأعمال، وكلما تعبت تحاملت على نفسها . . وفى إحدى الأيام شعرت بالشكوك والضعف والتهافت وخافت من الجراثيم، وتجسم خوفها فأقبلت على الاغتسال والاستحمام، وهمت بالحمام كل ساعة وشعرت بالارتياح، أصيبت بمرض الاغتسال . أصبح الاغتسال وأصبحت النظافة عادة ملازمة وهاجسا ،فكرت بالجراثيم فارتعدت فرائصها فاغتسلت .

وانتصرت على مرض أولادها فشفوا، ولكن المرض انتصر عليها فتحطمت أعصابها .

وتفاقم الخطر فلم ير الطبيب بداً من نقلها إلى المستشفى لمعالجة خوفها المرضى، فماذا قالت له السيدة فى المستشفى : تزايد الخوف فى قلبى ولكنى كنت فى حالة أفضل من حيث المحيط الجديد، فبذلت جهدى لأتوقف عن هذا الاغتسال المتكرر، واشتقت إلى بيتى وعائلتى فتظاهرت بأننى شفيت وأخبرت الأطباء بأن السبب قد زال ولا داعى للبقاء، ولما ظنوا أنى صادقة وشفيت فعلاً أخلوا سبيلى، ولكنى كنت كاذبة ولم تمض أيام حتى أعدت رغما عنى إلى المستشفى لأمكث فيه تسعة أشهر طويلة ولكنها تسعة أشهر عقيمة لم أستفد خلالها من العلاج .

وخرجت لكى أعود وتكرر الخروج وتكررت العودة، والمرض خلال ذلك يفتك بى.

ولقد عاشت هذه المرأة على تلك الحالة خمس عشرة سنة تمنت الموت فى كل دقيقة.

هاتان قصتان .. من قصص العصاب ذلك المرض المدمر للحياة.

الحالتان مختلفان فى الظاهر، ولكنهما يشتركان فى الباطن قصتان لمرض واحد تسارعت فيهما الحوادث، وكان التعب هو السبب الأول ولا يفيد التحليل النفسى فهما عرفتا مصدر خوفهما وكيف نشأ؟

فسبب خوف الأولى من الجندى كان واضحا، وسبب خوف الثانية من الجراثيم كان واضحا.

وبرغم ما أصابهما من خوف فهما لم تتمكنا من تحطيم أغلال هذا الخوف.

فالأولى فاجأها الوعى وهى أمام النافذة ترفع شكرها إلى الله، والثانية جاءها الوعى تدريجياً وعلى دفعات بشكل إحساس بعدم الارتياح وباقتراب الخطر، وكان هذا الاحساس لكليهما إشعاراً ببدء الداء.

أسباب الحزن .. عندهم

السبب يكمن فى النفس المهزوزة فتكثر فى طريقهم العقبات وتفت فى عضدهم.

والسبب قد يكون عاطفيا وعصبيا ولا قدرة لهم على قهرها.

السبب أنهم استسلموا بإرادتهم والارتماء فى أحضان التأثر والانفعال والغضب والثورة، السبب وساوس وأوهام وأمراض نفسية، فلت الزمام من أيديهم فأخذوا يدورون فى الحلقة المفرغة .. يتخبطون بلا وعى فى أخاديد النفس ويتعثرون ويتساقطون وسرعان ما يفقدون القدرة على التحكم بالنفس.

هم فى خطر ولابد لهم أن يكبحوا النفوس الجامحة أن يقولوا « لا » إذا كانت «نعم» تصدر عن حرج أو خجل أو تجاوب أعمى أو تأثر أو انسياق مع عاطفة مهتزة.

يجب أن يسيطروا على أنفسهم، ويجب أن يجتنبوا الخوف لأن الواقع أن الخوف هو أساس المرض النفسى، والذى يعانى من هذه الأمراض يخاف ويخاف.

أنت تسألين والطبيب النفسي يجيب

أ.د/ محمد حافظ الأطرونى

أنا موسوسة .. أعمل إيه؟

أنا سيدة فى الخامسة والثلاثين مريضة بالوسوسة لدرجة أدت إلى ضعف ذاكرتى مما سبب رسوبى فى الدراسة؟ إننى أغسل يدى كل ٤ ساعات تقريبا ولاأنام مؤرقة طوال الليل واتجهت إلى الحبوب المنومة وأخشى إدمانها.

والحل

أنت تعانين من مرض نفسى يسمى العصاب الوسواس القهرى، وقد كان علاج المرض صعبا فى الماضى، ولكن الآن يمكن العرض على أخصائى يساعدك بالعقاقير الطبية بالإضافة إلى العلاج النفسى.

النسيان

صحتى جيدة وغير مصابة بأى مرض عضوى، حالتى الاجتماعية معقولة لكننى أعانى من النسيان، وأفكر طويلا كى أتذكر أسماء إخوتى كما أعانى فى الكلية من نسيان المحاضرات بعد أن أذاكرها أكثر من مرة هل لحالتى علاج؟

والحل

للنسيان أسباب كثيرة ولكن فى حالتك أعتقد أنه أحد أعراض القلق النفسى الذى تعانى منه والعلاج بعض الجلسات النفسية.

(د. لؤى البسيونى)

الوشم والتجميل والنفسية

ظاهرة كانت قديمة جدا، وهى ظاهر الوشم على الوجه كما كنا نرى الغجرية تدق على ذقنها الحسنة أو الشامة، لكن مع تقدم الزمن وجدناها تختفى ثم تعود تظهر على أذرعة الحسناوات وأصابعهن وظهورهن ترى ما هى حكاية الوشم وهل يمكن لها من جراحة؟!.

فى البداية .. ما هو الوشم؟

« الوشم » من العادات الشعبية التى عرفتها بلادنا قديما وحديثًا كما عرفته أوربا وغيرها من المجتمعات، واتخذ أشكالاً متعددة استمدت تكوينها من جو البيئة والحياة الاجتماعية فى المدن والقرى على السواء ولقد استطاع الطب الحديث أن يطوع هذا الفن لأغراض صحية وجمالية وأن يصل من خلاله إلى دراسات نفسية أدت إلى نتائج أو آثار هامة وإيجابية فكيف حدث ذلك ؟ وما الذى استطاع الطب أن يستخلصه من هذا التقليد الشعبى الجميل « الوشم » ؟!

الوشم فن جميل..

الوشم من الفنون التاريخية القديمة التى عرفها القدماء المصريون فى سنة ٢٠٠٠ ق.م، وفى الشرق استعمل اليابانيون الوشم كوسيلة لنشر الفنون الشعبية (الفولكلور) والقصص التى ترمز إلى الأخلاقيات، وفى سنة ١٠٠٠ ق.م كانت الموضة أن يحلى الإنسان جسمه بصور القصص المختلفة،

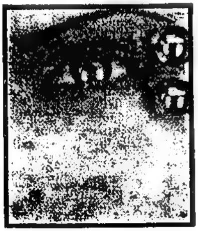
ولكن سرعان ما اختفت هذه العادة بعد ظهور الطباعة، وما لبث أن ظهرت عادة الوشم فى اليابان مرة ثانية ولكن بطريقة فنية استعملت فيها الألوان الزاهية لرسمهم صور (الدراجون)، والعفاريت

والحيوانات المخيفة، وغالبا ما كان ذلك يغطى الجسم كله، أما (البولونيزيون) سكان جزر بحر الجنوب فقد استعملوا الوشم كوسيلة للزينة وكعلامات مميزة للقبائل المختلفة . ومن الغريب أن الوشم قد انتشر بين الطبقات الارستقراطية فى أوربا فى العصور الوسطى، وزين به بعض الحكام أجسامهم مثل الملك إدوارد السابع، والملك چورچ الخامس من ملوك إنجلترا، ونيكولا الثانى ملك روسيا، والفونسو الثانى عشر ملك إسبانيا كما استعملته أيضا ليدى « راند ولف تشرشل » والدة سيرنستون تشرشل فقد كانت تحلى ذراعها بوشم على شكل أفعى.

لماذا تفشل حياتهم الزوجية؟

وفى بلد كالسويد فإن للوشم مواسم يظهر فيها على أجساد الفتيات المراهقات كوسيلة من وسائل منافسة الرجل.

وقد لاحظ أطباء الأمراض التناسلية أن أغلب الرجال المصابين بالأمراض التناسلية قد قاموا بتسجيل بعض العبارات الخارجة على



الأماكن الحساسة لديهم بواسطة الوشم، كما أن بعضهم استعمل الوشم لإخفاء معالم بعض الظواهر الإكلينيكية التى تظهر على الجسم نتيجة للإصابة بمرض الزهرى مثلا، وحديثا قام الباحثون فى جامعة جنوب كاليفورنيا ببحث حالات مجموعة من الرجال الموشومين، فوجدوا أنهم أكثر عنفا فى معاملة الآخرين، وأن حياتهم الزوجية فاشلة، وأن زوجاتهم يهربن منهم، وأن السبب الأساسى فى رسم الوشم على أجسادهم هو جذب الجنس الآخر بإظهار مفاتن

الرجولة، كما أن عددا كبيرا من أصحاب هذه الحالات كانوا من البحارة والذين تتراوح أعمارهم بين التاسعة عشرة والواحد والعشرين.

الوشم فى الطبقات الشعبية

عندنا الوشم ينتشر بين الصعايدة والفلاحين، حيث يقبل الكثيرون منهم على كتابة الاسم والعنوان وبعض الرسومات المتنوعة على الذراع والجبين فى أغلب الأحوال، وهذا فى حد ذاته يعتبر بالنسبة لهم وسيلة من وسائل الزينة التى يلجأون إليها فى الأفراح والموالد؛ لذلك نجد أن العاملين فى مجال رسم هذ الوشم فيتشرون فى الأسواق العامة، وهم يستخدمون فى العادة « إبرا » عادية ، أو أخرى مثبتة بجهاز يعمل بالبطارية، وفى نفس الوقت فإن بعض الناس يعتمدون على « الوشم » كوسيلة يضمنون بها عدم فقد أبنائهم إذ يكتبون اسم كل منهم وعنوانه على ذراعه، ولعل من أكثر رسوم الوشم انتشارا عندنا بين الصعايدة « دق العصافير » على الجبين، والأسد الذى يمسك سيفا أو صليباً والسيدة التى ترقص والتى يمكن عن طريق التحكم فى حركة العضلات التى تحرك جسمها.

هل هناك طريقة لإزالة هذا الوشم؟

أصبح «محمدين» الشاب الصعيدى الذى هاجر من قريته كفر الغلابة من عشر سنين تاجراً فى العتبة يشار إليه بالبنان، لكن كل ما كان يضايقه هذه العصافير الطائرة بجوار حاجبيه، إن هذا الوضع لم يعد يناسب وضعه الاجتماعى، ماذا يفعل وكيف يجعلها تطير بدلاً من عبارات التهكم والسخرية فى كثير من المواقف التى تجعل نفسيته تسوء ويلبس العمامة الكبيرة ليداديها حتى فى عز الصيف .

يقول الدكتور لؤى البسيونى أخصائى جراحة التجميل

من الممكن إزالة الوشم عن طريق استئصال المكان، واستبدال الجلد الملون بجلد آخر سليم، وهذه العملية تسمى «الترقيع الجلدى»، ويمكن إجراؤها والشخص تحت مخدر موضعى أو عام حسب مكان الجزء المصاب وحسب مساحته أيضا . . .

أنواع أخرى من الوشم..

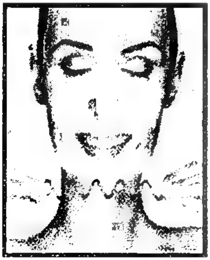
وهناك إلى جانب وشم «الزينة» توجدبعض الأنواع الأخرى منها على سبيل المثال : وشم الحوادث، والوشم الطبى، والأول يحدث أثر جروح سطحية مثل الاحتكاك بالأسفلت، أو أثر قوة دافعة قوية مثل انفجار أنبوبة بوتاجاز التى تدفع بالكربون والمواد الغريبة فتغرسها تحت الجلد

بطريقة منتشرة، وعلى أعماق مختلفة ويؤدى هذا النوع من الوشم إلى التشوه، فغالبا ما تكون الإصابة فى الأماكن الظاهرة مثل الوجه والذراعين حيث تلونها باللون الأسود أو الأصفر الغامق، ويمكن منع حدوث هذه التشوهات لو أسعف المريض فى الحال، ودعك مكان الإصابة بفرشاة خشنة أو ورقة مصنفرة أو باستعمال جهاز الصنفرة لإزالة الطبقة الملونة ويتم ذلك والشخص تحت تأثير مخدر عام.

أما الوشم الطبى فكثيرا ما يلجأ إليه جراحو التجميل حيث يزيلون آثار بعض الأمراض الجلدية والتشوهات الخلقية مثل البهاق، والندبة اللينة التى تصيب القرنية، والأورام الدموية التى يطلق عليها «الوحمة»، وذلك باستخدام مواد كيماوية ذات ألوان مختلفة تخلط ببعضها البعض فتعطى لون الجلد المطلوب، وقد اختبرت هذه المواد بحيث لا تتفاعل مع الجسم .

الأزمات النفسية والجراحة التجميلية

يضيف د .لؤى البسيونى ماذا يحدث إذا نظرت سيدة إلى صورتها فى المرآة ووجدت بعض التشوهات فى جسمها أو وجهها، إن أبسط شىء قد يصيبها هو الانطواء على النفس ودور الطبيب هنا هو علاج هذه التشوهات والخروج بالمريضة من هذه الحالة النفسية العصيبة التى تعانى منها.



تسألنى إحداهن؟

هل الجراحة تنفع فى حالتى .. إننى أعانى من شفاه تخلو من أى جمال، لكن الأهل والأصدقاء يخيفونى من مثل هذه العملية، فأنا دائما فى صراع نفسى من إجراء هذه

الجراحة، وأنا أعذرها وأشفق عليها فكثير من المرضى يستشرونى بعد وقوعهم فى أزمات نفسية أو عاطفية مثل فقد الزوج أو الابن أو الصديق أو أى أسباب نفسية أخرى مدمرة، وقد يبدو هذا الأمر غريبا إلا أن الغرابة قد تزول إذا عرفنا أن المرضى فى هذه الأحوال يشعرون بتدهور سريع فى صورتهم الداخلية، ويحتاجون إلى أى شىء يرفع من روحهم المعنوية والجمال بالنسبة للمرأة هو حياتها بأسرها وأنوثتها، وإذا شعرت بفقد أبعدية الجمال فإنها سرعان ما تكتئب وتذبل كالزهرة ثم تموت مخلفة عذابات لا تنتهى.

وأنا فى مجمل كلامى أتحدث عن المشاكل النفسية التى تسببها التشوهات الجسدية ليس فى الشكل وحده؛ فالأطفال مثلا تحدث لهم تشوهات خطيرة فى الأذنين أو الأنف أو الوجه من جراء حريق عن طريق عدم الوعى، فينشأ هؤلاء الأطفال وهم يعانون حالات نفسية صعبة، خاصة أنهم يعيشون بين أطفال يخبرونهم بالحقائق دون زيف أو مجاملة، كأن يمسك طفل طفلا آخر، ويقول له يا أبو أذن محروقة أو يا أبو نص عين أو فين صباعك وكلها بالتأكيد تعليقات غير مسئولة تصيبه

بالعزلة والانطواء وأنا أنصح الأم هنا بأن تحاول إصلاح هذه التشوهات مبكرة قبل أن يدخل طفلها أولى سنيه الدراسية.

وكما أن التشوهات الجسدية تصيب الإنسان بالأزمات النفسية، فإن الأمراض النفسية قد تهيىء لصاحبها أنه مصاب بتشوه معين، فيستشير الجراح طالبا إصلاحه، ولابد أن يكون جراح التجميل على حذر من علاج مثل هؤلاء المرضى الذين يعللون قلقهم النفسى وفشلهم فى الحياة على تشوهٍ بسيط وغالبا غير ملحوظ، فإن هؤلاء لن يشفيهم إصلاح هذا العيب البسيط، وسيجدون فى العملية عيبا آخر ولن يرضيهم شىء، مثل هؤلاء المرضى علاجهم يكون أفضل عند الطبيب النفسى ولابد من استشارته قبل الإقدام على إجراء أى جراحة، والتأكد أنها قد تفيد فى إصلاح مرضهم النفسى.

أخطر الأمراض النفسية

الصرع

ما من مرض يحرك كوامن النفس ويثير نداءاتها الغامضة مثل الصرع، فقد اعتبرته بعض الشعوب القديمة هبة من الآلهة، وشعوب أخرى اعتقدت أنه مسٌّ من الأرواح الشريرة، وفى الحالتين فإنه محاط بهالة من الغموض ظلت مستحيلة حتى داهمها العلم الحديث وفك طلاسمها المعقدة.

ماهو الصرع

فى البداية الصرع مرض عرفه الإنسان منذ قديم الزمان، وكان القدماء يسمونه المرض المقدس، وهؤلاء بالطبع لم يفكروا فى علاجه، بينما غيرهم من الشعوب القديمة أيضا ظنوا أنه يأتى بسبب دخول بعض الأرواح الشريرة إلى جسم المريض، فلجؤوا إلى ضرب المريض ضربا مبرحًا؛ لإجبار هذه الروح الشريرة على مغادرة جسمه ،ولكن هذا المرض المقدس أصبح الآن تحت رحمة من لا يقدسه، فالأبحاث الطبية ظلت تتقدم شيئا فشيئا حتى أصبح يستلزم فى تشخيصه ولعلاجه الوسائل التشخيصية الحديثة مثل جهاز رسم المخ الكهربائى، وجهاز الأشعة بالكمبيوتر بالإضافة إلى اختراع عشرات الأدوية الحديثة.

والصرع مرض منتشر فى بلادنا وبلاد العالم الأخرى، وفى إحصائية لكليات الطب والمهتمين بأساليب العلاج الحديثة أن الصرع فى المرتبة الثانية بعد أمراض الأوعية الدموية للمخ، ولقد أثبتت الدول المتقدمة هذه الحقيقة فرصدت فى ميزانيتها العديد من الأموال، وظهرت الجمعيات المجلات العلمية العديدة الباحثة فى هذا المجال.

الصرع الأوَّلِى

وأسباب مرض الصرع متعددة، ولم تثبت حتى الآن أن للوراثة دوراً فعالاً فى هذا المجال، وتمثل حالات النوع المسمى «بالصرع الأولى» ٨٠ ٪ من الحالات وهو الذى لا يعرف له سبب ظاهر يكون واضحا عند فحص المخ، ويكون سببه « بؤرة صرعية »أى مجموعة من الخلايا العصبية يزيد نشاطها الكهربائى بطريقة شاذة وغير عادية، وهذا النشاط يظهر على فترات لأسباب عدة، وينتشر بعدها فى جميع خلايا المخ التى تظهر نشاطا كهربائيا زائد فينتج عن ذلك فقدان الوعى وظهور جميع أعراض المرض.

الصرع الثانوى

وتمثل حالات الصرع الثانوى ٢٠ ٪ من حالات المرض، إلا أنه فى هذه الحالات يكون سبب «البؤرة الصرعية» معروفًا مثل إصابات الرأس والتى قد يحدث أثناء الولادة غير العادية أو أثناء لعب الأطفال حيث يصاب الطفل بخبطة فى رأسه من طوبة مثلا أو قد يقع على رأسه.

وقد أظهرت الأبحاث أن جزءا ليس باليسير من هذا النوع يكون سببه إصابة أثناء لعب «المراجيح»، وقد تحدث نوبات الصرع بعد إصابة الدماغ مباشرة أو قد تتأخر حدوث النوبات لمدة طويلة قد تصل لعشرين عاما بعد حدوث الإصابة.

ومن الأسباب الأخرى للصرع الثانوى التهابات المخ والأغشية والأورام وأمراض الشرايين المخية غير أنه فى الحالتين الأخيرتين يكون حدوثها فى السن المتقدمة.

هل للصرع صور وأشكال؟

تتعدد أسباب الصرع وكذلك تتعدد صوره وأشكاله، فمنها ما يقتصر حدوثه على سن الطفولة مثل نوبات «الصرع الصغرى»، ومنها ما يحدث فى أية سن مثل نوبات الصرع الكبرى ونوبات «الصرع النفسية الحركية».

ما هى نوبات الصرع الصغرى؟

تصيب الأطفال فى سن الثالثة إلى الثانية عشرة، وعادة تختفى بعد هذه السن أو تنقلب إلى نوبات صرع كبرى فى حالة إهمال علاجها.

وعادة لا تسترعى هذه النوبات انتباه أهل المريض، إذ إن المريض لا يقع ولا تحدث له أى تشنجات، إنما تبدو الحالة فى عدة ثوان أو دقائق معدودة حيث يقف نشاط الطفل الذى يؤديه ساعة النوبة، فمثلا إذا كان يأكل يشعر فى مكانه بتجمد وجهه اللهم إلا من رمشات منتظمة فى جفون عينيه اللتين تبدوان شاردتين، وبعدها يعود الطفل إلى وعيه، ويستأنف نشاطه كأن شيئًا لم يكن وقد تتكرر هذه النوبات عشرين أو ثلاثين مرة يوميا.

وبعض حالات الصرع الصغرى يتكرر حدوثها على هيئة رعشات تشبه رعشات الشخص عندما يكون الجو باردًا.

نوبات الصرع الكبرى

وهذا النوع يصيب جميع الأعمار، وعادة يسترعى انتباه أهل المريض الذين يستحوذ عليهم الخوف من مشاهدتهم للمريض أثناء النوبة، هذه النوبة تأتى عادة بطريقة فجائية أثناء النوم أوحينما يكون المريض سائرا أو جالسًا أو أثناء قيادته لسيارته مثلا أو تأدية عمله فى مكان عالٍ أو أمام ماكينة أو فرن، وهنا يكمن الخطر.

أعراض تمهيدية

هناك بعض الأعراض التمهيدية التى تسبق النوبة بثوانٍ، كالشعور بالتوتروالضيق والدوخة والطنين بالأذن، وعند حدوث النوبة تحدث تشنجات عضلية تؤدى إلى وقوع المريض على الأرض، وبالتالى إلى إصابته أو قد يعض على لسانه أو يفقد السيطرة على عملية التبول فيتبول لا إراديًا.

يسترجع بعدها المريض وعيه، غير أنه قد يشعر بالدوخة وعدم الاتزان وينام بعدها لفترة، ثم يعود ثانية إلى حالته الأولى، ويكمن الخطر هنا من تكرار هذه النوبات خاصة إذا تكررت بطريقة غير منتظمة، ففى هذه الحالة قد تؤثر على وظائف المخ تأثيراً دائمًا .

نوبات الصرع النفسى الحركى

هذه النوبات لا تصاحبها تشنجات عضلية كالسابق ذكرها، ولكننا نجد أن المريض يشكو مع هذه النوبات من هلاوس، أو خداع فى الحواس أو اضطراب فى الوعى وقد ينطق بكلمات مفهومة أو غير واضحة وهو فى حالة اضطراب وذهول.

وقد تظهر النوبات على شكل فزع مفاجئ حيث يجرى المريض ويقاوم من حوله أو يأتى بحركات أتوماتيكية لا إرادية.

وقد تظهر النوبات على شكل صداع شديد أو نوبات مغص بالبطن وتستمر من ١٠ – ٢٠ دقيقة.

كيف يتم تشخيص حالات الصرع؟

عادة ما يشتبه الطبيب فى الصرع إذا ما ظهرت على المريض الأعراض

السابق ذكرها، أو إذا ظهرت عليه ظواهر تحدث فجأة وتنتهى من تلقاء نفسها تتكرر ثانية وتكون مصحوبة بتغير أو فقدان الوعى.

ويحتاج المريض لفحص شامل لجهازه العصبى، وذلك للتأكد من وجود سبب عضلى مثل التهابات المخ وأورامها.

ويحتاج المريض إلى عمل رسم مخ كهربائى بالإضافة إلى فحص بالأشعة بخلاف الفحوص المعملية.

ويتم العلاج بالعقاقير فى معظم المجالات والانتظام فى تناول العقاقير أمر ضرورى وفعال فى الشفاء، ويستمر المريض فى تعاطى هذه العقاقير لمدة طويلة قد تستغرق سنين، تحسب من حدوث آخر نوبة حدثت له، وقد تعطى مدى الحياة ولكن بجرعات مخففة، أما إذا أهمل العلاج أو أعطى بطريقة غير منتظمة، فإن هذا يصبح مصدراً خطراً على وظائف المخ.

تحذير هام

فقد يحدث أن يزور المريض أحد أقاربه أو أصدقائه وهو فى العادة بعيد عن مجال الطب، وكالعادة المنتشرة بيننا يبدى رأيه فى العلاج، وينصحه بعدم تعاطى هذه الأدوية حيث إنها تضره، فينصاع الأهل لهذه الاستشارة الخاطئة ويكون الوبال كبيرا، وهناك نصيحة لمرضى الصرع وهى عدم تعاطى المشروبات المنبهة كالشاى والقهوة وكذلك المملحة.

الالتواءات النفسية .. والمشاكل الجنسية للمرأة

البرود الجنسى فى المرأة مظهر من مظاهر الدفاع ضد الرجل، فلو أن امرأة تزوجت رجلاً لا تحبه، أو أنها تزوجت رجلاً كانت تحبه ثم أخذ

يعاملها بقسوة وغلظة فى الكلام، وعانت هذه المرأة من قهره وسطوته، فى هذه الحالة العامل النفسى يؤثر عليها تماما، فلا تتجاوب عواطفها ومشاعرها مع هذا الشخص إطلاقًا، بل تتحول إلى رد فعل معاكس وهو إصابتها بعدم الرغبة فى لقاء هذا الرجل تماما ولا تهتم به، وكأن لسان حالها يقول: أنت تعاملنى بقسوة وأنا أقبر مشاعرى، فيصيبنى البرود، وتصاب أنت بالعجز، وقد تصاب هذه المرأة بعد البرود بإصابتها بالشذوذ لأن خيالها الذى كانت تتمناه مع رجل لم تجده، فحدث لها عملية سأم نفسى، وتحولت شقة الزوجية إلى حلبة صراع من المعاكسات النفسية، وسادتها حالة من البؤس والشقاء، وقد تقع المرأة بسهولة فريسة للانهيار العصبى، والجنون فى أحيان كثيرة الجريمة.

جاءتنى امرأة تشكو من اضطراب نفسى، وميل شديد إلى البكاء وحنين إلى الحزن، ولما درست حالتها بدقة وسلطت شعاعاً من التحليل النفسى عليها، ظهرت نفسيتها جلية كأنها كاميرا تلتقط كل تفاصيل

حياتها، ووصلت إلى أنها مصابة بداء العادة السرية وقد ظنت أنها بالزواج ستنصرف عنها وتشفى من دائها لكنها ظلت عليها ولم تقلع عنها ولا عن رذائلها، ودائما تميل إلى العزلة والبكاء وعندما تشتد لهفتها النفسية لهذه الرذيلة تقاومها وتنتابها حالة من البكاء مما يزيد أحزانها النفسية

والعصبية وتعكسها على الأبناء ضربا مبرحاً وعلى زوجها كلمات قاسية غاضبة..

توالت جلسات العلاج واستطعت أن أتعرف على نوعية العلاقة التى تربطها بزوجها، فاكتشفت أنها تزوجته بلا حب، وأن الأسرة فرضته عليها ثم إنه كثير الغياب عن البيت ومتعدد النزوات، مما أصابها بالإحباط النفسى والشعور بأنها لابد وأن تخون هذا الرجل مع غيره الذى ترتاح إليه نفسيا وجنسيا لكنها تخاف حرصاً على سمعتها، وسمعة أسرتها فانصرفت إلى هذه العادة القميئة لتروى عطشها النفسى.

تحذير

على الزوجة التى تعانى من الحرمان فى عواطفها ومشاعرها أن تنفصل عن هذا الرجل حرصاً على الأخلاق وإصابتها بالأمراض النفسية.

حالة أخرى

يقول د. حافظ الأطرونى

امرأة تشكو من اضطرابات معوية، وكانت تزداد بها هذه الاضطرابات كلما اقترب منها رجل، وأحدثت الغازات أصواتا مرتفعة، فتخجل وتغادر المكان..

وبعد عدة جلسات نفسية اكتشف الطبيب السبب وأزاح التحليل الستار عن نفسية هذه المرأة..

إن كثيراً من الحيوانات الدنيئة يفرز غازات كريهة ليبعد عنه الحيوانات التى تريد أن تفترسه، كذلك التشبيه هنا فهذه المرأة تتخذ من

الغازات التى تخرج منها سياجا ودرعاً لتحمى نفسها، فإذا اقترب منها رجل خرجت الغازات حتى تبعده عنها، فالرجل فى نظرها جريمة، وأزاح التحليل أيضا أن هذه الفتاة نشأت فى أسرة متدينة، صورت لها الرجل فى صور الوحش، كما أن هذه الفتاة تعانى كبتا نفسيا وشذوذً جنسيا مقنعا.

الطب النفسى

اهتماماته ومجالاته

يهتم الطب النفسى الحديث بعلاج أمراض وظائف المخ العليا أوما يطلقون عليه الوظائف العقلية والنفسية كالواجدان أو العواطف والمشاعر بأنواعها وأطيافها ودرجاتها، والوظائف المعرفية كالإدراك والانتباه والتذكر والفكر، وكذلك الوظائف التعبيرية أو التنفيذ بالسلوك الظاهر فى الحركة الارادية والتلقائية بما فيها من فنون الكتابة والرسم والموسيقى ومختلف سمات التواصل الإنسانى فى مراحله العمرية المختلفة . فيبحث أسباب الاضطرابات التى تحدث، والعوامل التى تؤدى إلى ظهور هذه الأعراض . كما تم تقسيم هذه الأعراض فى مجموعات، تشكل فى مجموعها تقسيماً لمختلف الاضطرابات لتسهيل التعامل معها، والتواصل بلغة مشتركة بين الأطباء والعاملين فى مجال تقديم الخدمة للمريض النفسى. ويدرس الطب النفسى الحديث طرق العلاج المختلفة من الزوايا المتعددة حيث يصبح لكل زاوية منظور يرى منه المعالج الوسائل الملائمة لعلاج اضطراب معين لشخص بذاته وفقًا لظروفه الخاصة.

وقد تأخر الطب النفسى الحديث كثيراً نتيجة لعزله الوظائف العقلية والنفسية تحت مسمى الروحانيات، واكتفى بتقديم الجسد والآله البشرية المادية لتمثل النموذج الطبى لمختلف الأجهزة وفقا للثنائية المادية الآلية المختزلة التى قدمها رينيه ديكارت فى القرن السادس عشر. فاعتبر الباحثون الآلة البشرية على أنه لا علاقة لها بالحالة النفسية والعقلية للإنسان، واعتبر «ديكارت» وأتباعه من مؤسسى النظرية الجرثومية أن الإنسان يمرض بسبب الأجسام الغريبة التى تغزو الجسد من جراثيم وميكروبات، ولكل مرض جرثومة نوعية خاصة، وإذا تخلص منها الجسد حصلت له الصحة، وأصبح فى حالة صحية سليمة نظراً لخلوه من الجراثيم، وأصبح كذلك آمنا على غيره من إحداث العلة وانتقال الجراثيم من خلالها إلى المخالطين لهم.

وبذلك تقدم الطب العلاجى لمكافحة الجراثيم والميكروبات واكتشاف المضادات الحيوية القاتلة للجراثيم بعد اكتشافها، والتعرف على تقدم الطب الوقائى واكتشاف التطعيمات التى تكسب الجسد المناعة ضد الإصابة بالجراثيم والفيروسات، وبهذا الرأى تقدم الطب التكنولوجى والتخدير والجراحات والمناظير على حساب العادات الإنسانية والقيم التى تخلفت عن الطب على اعتبار أنها روحانيات تتعلق لدراسة الفلسفة والدين والفن وانتصر الطب على الجراثيم التى كانت تهدد حياة البشرية بانتشار الأوبئة الفتاكة على مر العصور واعتبرت الإصابة بها مجرد حالات فردية مهما كانت مقاومتها للعلاج كأنها لم تعد بنفس السطوة التى كانت تقضى بها على الأمم والشعوب والجيوش وطالت أعمار الإنسان وعاش الناس فى متوسطات من العمر.

الأميرات .. والحب

تحدثنا قصص كل يوم عن الأميرات اللاتى ينزلن من كبريائهن ليتزوجن رجالاً أقل منهن كثيرا فى الثراء والجمال، ولقد حدثنا التاريخ عن البرنسيسة « شيماى » إحدى وريثات بيت « هايسبرج » الأسرة التى كانت تحكم الإمبراطورية النمسوية بأنها هربت بصحبة موسيقى من الغجر، كما حدثنا التاريخ أيضا عن قصة زواج المليونيرة (الساتسيجل) بزنجى كان يعمل طاهيا بمطاعم باريس، ومهما حاول المفسرون تفسير ذلك الزواج الديمقراطى الصحيح هو أن هؤلاء النسوة تنقصهن الإرادة القوية، والكبرياء الاجتماعى، ويحتجن إلى الشخصية الكاملة، ولا شك أن هناك هزات نفسية عنيفة تعرضن لها فى مراهقتهن الأولى جعلتهن ضعيفات أشبه بالبالونات المنتفخة التى تذروها الريح، وتعصف بهن في كل مكان، وأن كثيراً من السيدات من يضربن فى الأرض متخفيات بحثا وراء الفاكهة المحرمة، فيقطعن قطاف الحب من كل شجرة يقابلنها، فإذا عدن إلى بيوتهن عاد إليهن الوقار، أمثال هؤلاء النسوة أشبه بمدام وارن، ولكن قداسة الزوجية تحكمهن فيحاولن أن يلعبن على حبل الحرية تحت ضرب من الأقنعة الزائفة، ومثل هؤلاء النساء يحملن فى قلوبهن لونًا قاتمًا من الحزن العميق الذى يتغلغل فى قلوبهن، فهن يبغضن كل ما يثير فى أنفسهن الحب، ويؤثرن أن يعشن فى ركود، أما قصص الحب التى تؤثر فيهن من حين لآخر، فغالبًا ما تكون الوميض فى ليل حزين سرعان ما يشعل النار فى الهشيم، وأن السعادة اللحظية اللاتى يشعرن بها لا تساوى شيئا إلى جوار الضربات والنكبات النفسية التى يصبن بها خلال رحلات الحب، ضربات موجعة تشعر بها المرأة التى تحيا حياتها فى لهو وعبث، وأن قلوبهن التى رقصت من السعادة تنزف دماً .

سؤال
لماذا لا تحاول المرأة الإقلاع عن السير في دروب الانحراف؟

وجدت السبب فى ذلك عادة الغدر والخيانة التى تمكلت أذهانهن، فأصبحن أشبه بمدمنات المخدرات اللاتى يعرفن الضرر الذى يصيبهن من تناول السموم دون أن يتمكن من الإقلاع عنه، هناك بعض النساء يعجبن بالرجل القوى ذى العضلات، لأنهن يشعرن بالقلة والضآلة، وحبهن لمثل هذا الرجل الغرض منه أن يرفع جانبهن الضعيف إلى صفة القوى وبساطه العظيم، فيشعرون حينئذ بالعزة والسؤدد، وكأنهن جزء من شخصيته القوية، وتميل المرأة أحيانا للرجل الضعيف، فنجد أن مركزها أكبر وأقوى من شريكها، وتتمثل قوتها فى أن تكون ضخمة الجسم، بينما الرجل ضعيف الجسم أو هزيل، أو أن تكون هى فى مركز اجتماعى أو مالى أو أدبى أحسن بكثير من مركز شريكها الذى يتملكها، والتفسير الصحيح هنا أن هذا الشريك لا يتملكها، وإنما هى تتملكه فالشعور بالكبرياء والأنفة التى تتملكها، والإحساس بأنها فى مركز أعلى منه، هذا الشعور والإحساس هو قنطرة العبور إلى الحب.

مراية الحب... هل هى عمياء؟

قد تقع المرأة فى غرام رجل أعرج أو أحدب أو أعور أو حتى معتوه أو الذى لم يكمل تعليمه، كالمديرة التى تزوجت الفراش الذى يعمل لديها فى مكتبها، أو الهانم التى وقعت فى غرام السائق، أو البيه الذى تزوج الخادمة، ما معنى هذا الغرام؟! إن هذه المرأة تريد أن تكون دائما فى مركز تحس فيه بأنها أحسن من الرجل الذى تحبه؛ ولهذا فهى لا تختار إلا الرجل الضعيف حتى تضمن أن تكون هى المسيطرة والآمرة الناهية.

ومن بين الأمراض النفسية التى تصاب بها المرأة فى سن اليأس حبها للشباب الصغير السن، وكثيراً ما نرى المرأة فى الخمسين أو الستين وزوجها شاب لم يتجاوز العشرين؛ فتعيش معه بشخصية الأم المسيطرة وشخصية الزوجة المراهقة التى يسمع كلامها ابنها، ولا يعصى لها أمراً فى أى طلب تطلبه حتى لو كان العلاقة الزوجية.

دوامة الجنس
هى.. وهم.. والأحزان

هى .. فى السابعة عشرة من عمرها داهمتها الأنوثة فى موعدها تماما، فحولتها إلى ڤينوس إلهة الحب اخضوضرت أرضها وطرحت أعنابًا ورمانا وفاكهة شتى، لم تكن تدر عن الحياة شيئا إلا مشاعرها الرقيقة، ولهفتها إلى الحب، واستغل سذاجتها رجل محنك فى الثلاثين، ومع أول سيجارة دخنها أمامها، ومنحها الدخان محملاً بالقبلات إلا ووقعت أسيرة لهواه، لهثت خلفه، وتتبعت خطواته، وكانت اللقاءات المحرمة فى شقة الزوجية التى كان يستغلها فى غياب الزوجة المرة تلو المرة إلى أن

ضبط مع المراهقة . . وكانت فضيحتها مدوية، انتقلت مع أسرتها إلى مدينة أخرى وكرهته وكرهت معه كل الرجال، ومع الأيام نست أزمتها العاطفية وتعرفت إلى رجل آخر خطبها وعاشت معه أياما جميلة، وراحت تعد أثاث الزفاف بعد أن اعترفت له بغلطتها وبسماحة نفسه سامحها، لكن القدر لم يمهله فرحل قبل أن تدق الدفوف وتعلن الزواج.

وبعد وفاته عادت إلى حالتها النفسية السيئة، وظلت طريحة الفراش، ولكنها هبت من رقادها مرة أخرى، وتعرفت على رجل آخر، ثم تركته إلى غيره ثم انتهى بها المطاف، فأحبت مراهقًا فى الرابعة عشرة من عمره، وكان هذا المراهق الصغير وديعا لم يبلغ مبلغ الرجال، ولكنها عشقته وهامت به حباً واستدرجته حتى أقام معها علاقة غير مشروعة فترة ثم زهدها، وهرب منها فى زحام الحياة . . فخرجت من هذه العلاقات بعدة انتكاسات نفسية من جراح الفضيحة الأولى، وآلام فراق الخطيب، وهجر المراهق لها، وبعد فترة انتابها صداع عصبى عنيف، وعانت من هزال نفسى، وسقطت فى دوامة الأمراض النفسية والأحزان المؤلمة.

تحليل .. وعرض

إذا سلطت الضوء على تلك المريضات، وجدنا أن المرأة الأولى كرهت الرجل لأنه كان قاسيًا، ولم يعاملها المعاملة التى كانت تحلم بها فأصابته بالعجز بعد أن أصابها بالبرود؛ لأنها عاشت معه بجسدها فقط . . أما عواطفها فاحتجزتها لنفسها، ولم تشعر معه بشىء من الحرارة أو الحياة، ولم تستجب لعواطفه وحتى لو شعرت بحرارته فعلى الأقل رفضت أن تشعره بذلك.

إن كثيرات من النساء الباردات أمثال هذه المرأة اللاتى لا يجبن أزواجهن يشعرن بالغيرة عليه؛ لأن الرجل قد يكون له وضع اجتماعى أو مظهر محترم، فيتخذنه وسيلة لإغاظة السيدات الأخريات؛ فالمرأة تشعر بالانتصار إذا شعرت أنها أغاظت امرأة أخرى بالرغم مما يكلفها هذا التصرف من تعب ومجهود؛ فمعظم النساء يبالغن فى الأناقة والزينة ليس من أجل الرجل ولكن من أجل إغاظة السيدات الأخريات.

ومن النساء أيضا من تبالغ فى الظهور فى المجتمعات العامة وهى تتأبط ذراع زوجها، وتتودد إليه فيصاب بالغرور، وهو يعتقد بأنه قريب من قلبها، لكن هذا أيضا من أجل كرامتها وعدم تشميت الأخريات فيها، وهناك أيضا نوع من النساء تتودد إلى الرجل وتلقى عليه بشباكها، فإذا دخل إلى الشبكة وهام فيها حبًا تركته إلى غيره يعانى آلام الغيرة والفراق، وإذا عدنا إلى الجرائم الجنسية، وجدنا أن معظمها يعود إلى البرود الجنسى الكامن فى المرأة والغيرة والغيظ الذى تسببه المرأة للرجل، فيشعر الرجل بجرح فى كرامته فيثور ويرتكب الجريمة ليغسل الإهانة التى لحقت به.. وفى صراع الحب عندما تعجز أسلحة المرأة تلجأ إلى البرود، فليس ثمة ما يغيظ الرجل مثل البرود؛ لأنه حينئذ يفقدها الاستجابة لعواطفه.

امرأة أخرى باردة

وقصة أخرى عن امرأة تشعر بالفراغ العاطفى، وأن حياتها خالية من أى حوار عاطفى ،وتشعر أيضا بقلق واضطراب عام فى أعصابها، وطريقتها فى الحياة أن تخرج من حين لآخر فترتدى أحسن ملابسها،

وتجوب الشوارع تتجول وتغازل كل رجل يقابلها إلى أن يقع فى حبالها رجل يتتبعها؛ فإذا شعرت به وقفت تنتظره، فيتقدم لها الرجل وكله أمل ويبادر بالسؤال المعهود تسمحيلى أوصلك؟

فتنظر إليه بعين ساخرة يقدح منها الشرر ثم لا تعيره أى التفاتة، ولا ترد عليه بأى كلمة، وتستمر فى سيرها فإذا أصر الرجل على متابعتها نهرته بشدة وقالت له....

إن لم تدعنى سأنادى البوليس.

هذه المرأة تتلذذ بإذلال الرجل، وتتلذذ بأسلوب العنف الذى تعامل به الرجل، فإذلالها للرجل يشبع غرورها المريض ويشبع نفسيتها الحزينة فى صراعها الجنسى، هذه امرأة باردة فى نفسها وتصرفاتها، وكل ما يساورها من رغبة هو إظهار عيوب الرجل؛ فالرجل فى نظرها أشبه بالكلب الذى يتحرك لأى بادرة من العطف، ولا يرتدع إلا إذا استعملت معه القسوة والعنف، ولتحقيق نظريتها فإنها تحاول إلقاء شباكها على الرجال لتبدو أمام الناس امرأة ايتكيت وتنسى شيئاً مهماً هو أن هذا الإيتكيت تلك الحرية يفقدها الكثير من الاحترام . هذه المرأة فى مغامراتها نصف غانية ونصف بريئة، إنها تحاول أن تقنع نفسها بأنها مازالت على جانب كبير من الجمال، وما زالت أنثى يرغبها الجميع، وأن لها إرادة قوية، ويقال: إن فى باريس تجتاح رؤوس بعض النسوة

الأرستقراطيين فكرة الصديق والزوج، ويقال أيضا: إن كثيراً من الأزواج يعرفون هذه الحقيقة، ويغمضون بعض العيون زاعمين أن الصداقة بريئة، وإن كان الواقع يقول لنا بأنهم أنصاف عالمين بالحقيقة المريرة التى تجرى تحت هذه البراءة، والغريب فى هذا الزواج المدمر للتقاليد، أن الزوجة إذا غضبت على صديقها، وتوترت العلاقة معه ارتدت هذه العلاقة على زوجها فتعامله بخشونة، فإذا عادت الميـ إلى مجاريها مع صديقها عادت العلاقة مع زوجها، فكأن الزوا صدى نفسى لمعاملاتها مع صديقها

مثل هذه النسوة يمارسن مع أصدقائهن كل ما يخامرهن من قلق نفسى وميل منحدر، لأنهن يجدن فى هؤلاء الوسيلة التى يشبعن بها نزواتهن، أما أزواجهن متحفظات معهم ظانات أنهن بذلك يحافظن على كرامة الزوجية وكبرياء الرباط الزوجى، ومعظم الزيجات الفاشلة التى يعشش فيها العنكبوت يكون السبب فى ذلك راجع إلى الأصدقاء تحت ستار الصداقة، فدخول العشيق إلى بيت الزوجية، وتسلله إلى الزوجة بينما الزوج أعمى لا يبصر، وأصم لا يسمع، وأبله لا يعرف.

امرأة متحررة .. ولكن

هى امرأة متزوجة من أستاذ جامعى له مركزه الممتاز، كانت طالبة عادية مظهرها عادى غطاء رأسها بسيط، لكنها طموحة لا حقته فى المحاضرات بأسئلتها الذكية والكثيرة حتى يعرفها، تتبعته إلى حلقات العلم والمكتبة والكتب، بهرته بأدبها وفلسفتها فتزوجها، حاولت أن تواصل المطالعة والقراءة والبحث لكنها عجزت أن تلحق بمستواه.

تقول: إنها لم تذكر مرة واحدة أن أحست بالسعادة الزوجية، أو أحست بشىء من نداء الطبيعة، فقد وجدت دائما عبئا ثقيلا .. لم تشعر ناحيته بأى انجذاب، فندمت على مطاردتها له، كانت تشتشعر رزالته فنظرت إليه بنوع من التعالى والامتعاص، وأهمت واجبها العاطفى والإنسانى، وأصبح أمامها شيئًا تافهًا لا قيمة له، وطالما سألت نفسها لماذا أغرانى بالارتباط به؟! إننى حزينة فبعد أن اقتربت منه وجدته أجوف كالطبل المنتفخ، كانت تنظر إليه بمنظار مصغر فكان يبدو أمامها كالحمل الصغير وراء القضبان، وعندما كانت تثور عواصف الخلاف، كانت تصرخ فيه بعنف وتقول .. أنا لا أحبك .. ولا أحب كتبك ..، . هل تظن.أنه يمكن لك أن تغرينى أو ترضخنى لإرادتك بعدك ،.. وهكذا كانت تعامله وتستعمل معه الألفاظ الخشنة التى تخلو من أى ذوق أو مودة وكانت تصب ثوراتها عليه، وعلى مركزه، وعلمه، وعلى تلاميذه وتلميذاته وكتبه وكل شىء يميل إليه.

ودفن الرجل أحزانه فى قلبه، وراح يوجه عنايته لتلاميذه، لعله يجد فى ذلك تسلية وعزاء يعوض عليه حرمانه من الحب، وسعادته مع الزوجة

أما هى فقد تمادت فى غيها وراحت تمعن فى إيذاء الرجل، فكانت تحيط نفسها بحلقات عديدة من الشباب والطلبة الذين يتتلمذون على يد زوجها، وكانت توزع عطفها عليهم جميعا، فكان كل واحد منهم يشعر بأنه الوحيد الذى يتحكم فى قلبها دون أن ينافسه آخر، ولقد ظن كل واحد بأنه الفارس الذى ترضخ له المرأة، فتركع على ركبتها ساجدة تحت قدميه، ولكن بالرغم من ذلك وبالرغم من ميوعتها وبسمتها وعبثها ومجونها، بالرغم من كل ذلك لم يتمكن واحد من هؤلاء الفرسان أن يصل إلى إقامة علاقة معها، فظلت محتفظة برأسها مرفوعة بينهم فى كبرياء، واستمر الحال على هذا المنوال، بمعنى أن القصة استمرت بنفس الفصول، الزوج غارق فى همومه وأحزانه وكتبه وأبحاثه، والمرأة غارقة فى مغامراتها العديدة، فاتسعت الهوة بينهما وأصبحت المسافة كبيرة جدا، ولكن المسرح سرعان ما تغير فقد لاحظت المرأة أن زوجها قد ابتعد عنها، وأصبح لا يعطيها شيئا من الاهتمام، أو يقيم لها وزنا لجفائها وابتعادها، فراحت تراقبه حتى تأكدت أن الرجل أحب سيدة أخرى فتغيرت نظرتها للحياة وللرجل الذى ملها، وأقلعت عن كل مغامراتها ومسرحياتها، وكرست نفسها لقداسة الزوجية، وأحست بحنين شديد نحوه، فراحت تتقرب إليه وتتودد إليه، وتحارب الشيطان وتعتذر إليه عن تصرفاتها الشاذة، وبين يديه اعترفت وبادرت بتوبتها، لكنها فوجئت ببرودة البارد، وانصرافه عنها بأن لها مطلق الحرية فى أن تعبث كيف ما شاءت، فقد عزم على الانفصال، ولا تراجع عن هذا القرار، وعندئذ طفحت حقيقة سريرتها سافرة واضحة؛ فهذه المرأة التى

ظلت فى عناد طويل مع زوجها، وكانت تناضل فى سبيل حقوق المرأة، وتلقى المحاضرات الطويلة فى سبيل الحرية، والتخلص من عبودية الرجل، تتردد فى اعتقادها ثم تقف موقف الذلة والخنوع، لأن امرأة أخرى تنافسها السلطان وتريد أن تزحزحها من على عرش الحب، فراحت تتوسل إلى زوجها، وتتضرع إليه باسم العشرة والإنسانية . انسالت دموع توبتها ساخنة لعله يرضى عنها، لكن هيهات، وضاعت فى زحام الحياة، هناك كثير من السيدات يتشبهن بهذه المرأة، ففى قرارة أنفسهن ترسخ الفكرة التى تحتم أن تكون السيادة للرجل، فإذا عجز الرجل لأمر ما أن يقود السفينة ثارت عليه المرأة، فإذا عاد إلى الحزم والعنف معها عادت إلى الرضوخ والاستسلام.

هذه امرأة تحب القوة المجسمة فى الرجل الحاسم الذى يحب أن يعاملها بشدة.

هى والطبيب الشاب

معذبة تعيش مقهورة تعانى من الكبت والحرمان العاطفى والانهيار العصبى الشديد قالت فى عصبية من خلال دموعها للطبيب

عندى ٢٩ سنة وقد طرقت أبواباً عديدة من أطباء الأمراض العصبية، وقضيت فترة طويلة فى بعض المصحات النفسية، ولم أترك باباً من الأبواب التى اعتقدت فيها العلاج إلا وطرقتها، حتى المشعوذين وعمال الأحجبة

والبـخـور، لـم أتردد فى زيارتـهـم، ولكـن مع الأسـف لـم أصـل إلى العـلاج الناجح، عندى طفلين، وقد عانيت المرض النفسى بعد إنجابهـمـا بثلاث سنوات؛ فدخلت إحدى المصحات فتعرفت على أحد الأطباء المشرفين على عـلاجى، ونصـحنى بالتـحليل النفـسى، وأخـذ يـمـارس تجـاربه ومعلوماته على حالتى، ولأن الوقت كان فيه من المتسع ما يجعلنا تعتاد على بعضنا الآخر، وجدت أن الحالة جنحت ناحيـة الحب فـأحـببـتـه وأحبنى، وعـشنا قصـة حب ملتـهـبـة، لكنهـا ظلت عـذرية بالرغـم من محاولاته معى، وبالرغم من تلهفى على الحب معه، إلا أننى خفت من هذه العلاقة، وتمسكت بإيمانى وحفظت كبريائى، وغادرت المصحة، وذهبت إلى شقتى، لكن زوجى لم يحاول أن يلمسنى أو يخفف مصابى بل ابتعد عنى فى شبه عزلة، رغم أن جمالى كان مبهراً وأنوثتى طاغية، وحاولت أن أتقرب منه بلا جدوى فوجدت الشيطان يغرينى ويدق أوتار قلبى، ويطلب منى العودة إلى حب الطبيب الشاب، فوجدتنى منساقة خلف عـواطفى الجـانحـة قـائلة له «ها قـد هئت لك»، وقـد تملك منى الشيطان بصورة جعلتنى أنتفض من الشوق وكأن دوائى معه وشعر وسعر الطبيب بحالتى وهياجى، فخاف من وازع ضميره بأن مهنته تقضى مساعدتى، وأن المرض له رهبة كبيرة، وأنه لابد أن يكون أمينا على مريضته، وتخيل له أن هذه العلاقة ليست إلا اعتداء على امرأة متزوجة ليست فى حالة طبيعية؛ فردها بأدب وأبعدها عنه بلطف .. عندئذ شعرت بإحباط وخيبة أمل شملتها وانتابتها ثورة نفسية كادت تودى بها إلى الجنون.

من سجل الحالة

من سجل حالتها قال طبيبها ...... إن التيارات النفسية التى عاشتها فى طفولتها بذرت فيها بذور القلق والحيرة، فقد انحدرت من أسرة عريقة، وقد وقعت فى يديها بعض الكتب المثيرة عليها من كل جانب، فنبهت غريزتها فى سن مبكرة، ومرت سنوات مراهقتها فى سلسلة لا تنتهى من المغامرات العاطفية العديدة، ثم قابلت شابا أحبته ولكنها اكتشفت أنه مغامر لا يحب سوى نفسه، فتركته، ثم تعرفت على شاب آخر أحبته حبًا عنيفا، ولكنها اكتشفت أنه فقير يشغل وظيفة صغيرة بينما آمالها بعيدة، وفى ثورة من الحزن واليأس حاولت الانتحار، ثم راحت تشغل حياتها فى الجمعيات الخيرية للترفيه عن الفقراء والبؤساء، وفى إحدى المناسبات قابلت رجلاً مكلوماً مثلها، أخذ يبثها أحزانه وتبثه أحزانها فالتقيا على الحزن ثم جمعهما الحب، وبدأت المقابلات كل يوم وكانت المواعيد بين المقابر فكانت تسير معه لمسافات طويلة تبثه ألوان الحب الحزين.

ملاحظة الطبيب

يقول الطبيب.. أقف هنا لأبدى ملاحظة فى التفسير النفسى وهو أن المرأة المحرومة من الحنان عندما تصادف أول رجل ويعرض عليها الزواج وترفض قائلة: لا.. ومعنى « لا » تعبر عن حقيقة الميل الكامن فى نفسها نحو الرجل والرغبة الحقيقية التى تجيش فى صدرها نحو الرجل، وعندما تقابل رجلا آخر ويلح عليها تكون كلمة « لا » أضعف من

كلمة « لا » الأولى التي قالتها للرجل الأول، ثم تضعف مقاومتها بالتدريج رويداً .. رويداً إلى أن تقابل شخصا تستجيب معه بعواطفها ومشاعرها.

برنارد شو والمرأة ...؟

دعيني الآن ياسيدتي أكذب علامة الاستفهام؟

أو بمعنى أصح دعيني أكذب قولهم « أن المرأة لغز أو سر غامض » فما المرأة إلا صورة من تفكيرهم الخاطئ بأنها لغز، إنما اللغز هو الرجل بل لغز عويص جداً، وإذا أراد الرجل أن يكشف عن حقيقة ما تقصد إليه المرأة من وراء ما تتفوه به فما عليه إلا أن ينظر إليها لا أن يستمع..

عزيزتي المرأة هل تحبين لقب « معبودة »،س كثيرات يعتقدن أنه لفظ جميل تتميز صاحبته بالجمال المبهر كلقب ملكة جمال، لكن على مر العصور وجدنا مشاهير سيدات التاريخ اللاتي أفردت لهن في سجل صحائف خالدات، أيهن كن ذوات مزايا نفسية عقلية أكثر منهن صاحبات جمال باهر.

معبود النساء

الرجل يتمنى بالطبع أن يكون معبودا للنساء أو زئر لهن، وإذا أراد أن يكون كذلك عليه أن يكون هادئا ذا شخصية مثقفة، وإذا تناول موضوع الغزل مع المرأة، فإنه يجعل حمرة الخجل تكسو وجهها، فليس أجمل ما تزهو به المرأة أو تعتز به من أن تتاح لها الفرصة لتظهر حمرة وجنتيها دهشةً أو خجلاً.

ولعل أعذب حديث يستطيع الرجل أن يسكبه فى أذن حسناء أن يقول لها: أنت أجمل من رأت عينى، ويزيد فى الإطراء بأن جسدها نحته مَثَّالٌ قطعوا يده بعد أن انتهى من رسمها.

ويقول برنارد شو

أخيرا أحب أن أدلى إليك برأيى فى الزواج نفسه، إنه فى عينى أشبه شىء بالموت إلا أن الموت أخف وأرحم لأنه فترة هدوء وسكون فى حين أن الزواج نشر كتاب مخيف كان مطويا فإذا نشر تكشف عن عدد هائل من الفضائح.

وهكذا كان الحب أرحم من الموت وكان الموت أرحم من الزواج.

الغيرة النفسية

من الأخطار التى تتعرض لها المرأة فى الزواج الغيرة ونحن نتساءل هل

الغيرة، باعث من البواعث الفطرية التى يعانى منها المرء طوال حياته ولا يمكنه التخلص منها؛ أو تكون ثمرة من ثمار التقاليد التى نمقتها ونهرب منها لأنها مجرد تقاليد فطرية ورثناها عن الأجداد ؟

قد تكون الإجابة: نعم وقد نقول: لا .. وأن أعتقد أنه ٩٠ ٪ من

الغيرة التى يظهرها العشاق والأزواج وكذلك المرأة المحبة والزوجة، إنما هى غيرة مصطنعة تقليدية وناجمة عن غريزة الخوف الفطرية، وأساس هذه الغيرة زواج المرأة بالرجل دون أن يتخذ عليها زوجة ثانية أو ثالثة فيبدو لها وكأنه ملكها وحدها، وأن هذا النظام الوحدوى كفيل لسعادتنا الزوجية، ويكون نفورنا نحن النساء أشد نفوراً من تعدد الزوجات، واعتقادنا أن وحدة الزواج حضارة تتمشى مع الغرب ومطابق للغرائز البشرية، ويتمشى مع العدالة والحق والصواب . هذا ما افترضناه دون أن نقبل أى جدل أو بحث فى خطورة هذا الافتراض وإذا كان صحيحاً أو غير صحيح، إنما هو نظام تقليدى متوارث، وليس من حق الذين تعدوا الثلاثين والأربعين من حياتهم، قد أصبحوا يعتقدون نتيجة اختباراتهم الطويلة بأن الحب الحقيقى المشتعل عمره قصير ولا يدوم طويلا وسرعان ما تبدأ المشاكل والخناقات وقد تنتهى فى طرقات المحاكم . .

وقد يبدأ الزوج فى المماطلة وإعطاء الزوجة حقها الذى نادت به أمام الجميع « أريد الطلاق » بل إمعانا فى كيد الزوج، فإنها تخلعه وتتخلص منه . . لذلك نجد الرجل يطالب المرأة بالحب الجارف والعشق الجبار وهذه مَطَالِب بالتأكيد تعجز عنها المرأة تماما بعد مرور شهور من الزواج . . ويبدأ الزوج فى ملاحقة صديقة الزوجة أو زميلته فى العمل أو زوجة جاره، ويبدأ الغرام المحرم فى السر بل وتبدأ نيران الغيرة، فهو يغار عليها حتى من زوجها، والعشق يختلف عن

الود، وعندما نكون فى دور العشق ننفر من تعدد الزوجات ونشمئز منه، فإذا انقضى ذلك الدور أصبحنا لا نطلب احتكاراً، ولا نحاول أن نتحكم بالمرأة الحبيبة أو الزوجة، كذلك لا يرضى الرجال أن تحتكرهم الزوجة، وهذه الأفكار بلاشك شيوعية الحب بأن من حق غيرنا أن يتمتع بما نتمتع به نقصى قضاء تاما على الغيرة، ولكن طالما أن اقتناعنا بأن نظام وحدة الزواج هو أفضل الأنظمة، وطالما نرى أنه من المستحيل أن نقبل أن يشاركنا أحد لا في أزواجنا ولا فى زوجاتنا، لابد أن تبقى الغيرة التى حث عليها إسلامنا الحنيف، ولكن من الوجهة البيولوچية الرجل يميل إلى تعدد النساء فى حياته، وكذلك قد تغامر المرأة بحب رجل آخر غير زوجها، فتفقد سمعتها وأسرتها وكيانها المجتمعى كله.

لهذا نجد المرأة دائما تخاف على زوجها من أن تتغلب امرأة أخرى عليها وتسرقه منها، وهذا الخوف هو منشأ الغيرة ومبعثها حتى إننا نجد أنه أصبح مرضا يلازمها طيلة حياتها، ولكن هناك نوع آخر من الغيرة وليد الرغبة المتأصلة فى نفوسنا فى امتلاك كل شيء جميل ثمين وحرصنا الشديد على أن تكون الكنوز الثمينة لنا وحدنا دون سوانا.

ولهذا نجد بعض الأثرياء يشترون أشياء باهظة الثمن من المزادات ليست بقصد استعمالها، ولكن لمجرد حرمان عشاق الجمال منها ثم يلقون بها فى المخازن بلا منفعة، وهذا يمكن أن نطبقه أيضا على الحياة الزوجية فيصدق عليها تماما « يفوز الرجل بحب امرأة.. جميلة .. جميلة فى جسدها .. كما هى جميلة فى روحها؛ ولهذا يعد جريمة أن يحاول رجل ما أن يتقرب إليها بكلمة مدح أو اطراء لهذا الجمال.

لماذا إذن نتزوج؟

أقلية ضئيلة من الرجال والنساء تتزوج عن حب قوى رومانسى ولكن الأغلبية يتزوجون زواجًا تقليديا، وهناك بواعث شتى غير الحب الصحيح القوى، ولكن ليس من المحتم أن تكون هذه البواعث للزواج غير شريفة كما ينبغى ألا ننسى أن العالم قد أصبح لا يرى فى المرأة التى لا تتزوج أنها فشلت فى حياتها، ولم تعد المرأة تبحث عن الزواج كما يبحث الرجل عن « وظيفة » له، ولم تعد تتصور أنها قد حرمت من أسعد أمنياتها فى الحياة عندما لا تجد عريسا مناسبًا ؛كما يشعر الرجل الذى لا يجد له عملاً يعمله بأنه من أشقى الرجال فى الحياة.

لقد تبدلت الحياة الاقتصادية، وأصبح للمرأة الحق فى اختيارشريكها طالما أنها قادرة على أن تعول نفسها، فهى ترفض تماما أن تتزوج رجلاً إلا إذا كان متمشيا مع ميولها ومكانتها الاجتماعية، وإذا تيقنت أن رجلها سيسعدها فى حياتها الزوجية وينفق عليها ولا ينظر إلى راتبها.

من هنا نجد أن للحب دوراً ثانويًا جداً فى العلاقات الزوجية وأصبحت المرأة تتزوج بعقلها لا بقلبها.

من ناحية أخرى نجد الرجل العصرى يشبع ميوله الجنسية بسهولة عن طريق الاختلاط الجنسى غير المشروع، ودون أن يثير ضجة كبيرة حول هذا العمل الطائش، وهذا العبث هو الذى يحول دون زواجه الشرعى فى الوقت الذى يكون مترددًا على النسوة الساقطات، وقد ينتبه من غفلته ليجد شبابه قد ضاع، وأن الأولاد لم يعد هناك الوقت الكافى لإنجابهم وتربيتهم، كما أن الشاب المتورط فى مثل هذه العلاقات لا يستطيع كبح

جماح عواطفه الغارقة فى الفجور، وهو أكثر الناس بحثًا عن النساء دون أن يراعى الأخلاق أو الشرف، دائما يبحث عن فريسة فيضيع وقته ويصبح فاشلا عمليا . كما أنه دائما ما يتعرف على نوعية ساقطة من النساء، والمرأة من هذا النوع تسلم نفسها لمن يدفع، فيفقد الرجل ثقته فى المرأة، ويبتعد عن الزواج؛ لذلك يجب على الشباب أن يتفهم معنى الفضيلة، وأن العلاقات الغير مشروعة لن يجنى منها سوى الأمراض المدمرة وآخرها الإيدز.

كذلك كلمة للفتاة على انفراد

اعلمى أنك لو كنت متحررة تسعين لنشر الحرية الجنسية بين بنات جنسك قائلة المساواة كما يفعل الرجل أفعل أنا، وأنا أقول لك.. لا .. أنت فى مجتمع شرقى لن يغفر لك استهتارك، والشاب العاقل لن يرتبط بفتاة مثلك؛ لأنه يعلم تماما أن الفتاة التى تفرط لرجل يعاشرها ستفرط لغيره وتخونه كلما سنحت الفرصة، ومن سوء الطالع أن يثق الرجل بمثل هذه الفتاة أقصد المرأة.

العانس .. والنفسية

الفراغ الذى تشعر به المرأة فى حرمانها من إقامة علاقة طبيعية بينها وبين رجل تحبه أكبر بكثير من الفراغ الذى يعانى منه الرجل، لأن الرجل من السهل جدا أن يسهر ويخرج ويصادق ويحب فى أى وقت، ومع من يريد؛ لذلك يجب على الفتاة التى فاتها قطار الزواج أن تحاول أن تحقق ذاتها فى العمل أو الدراسة أو النشاط الاجتماعى، ومن حسن الحظ أن

المجتمع يزهو بمثل هذه النماذج، فالأرمل التى يموت زوجها ويتركها بلا أولاد تستطيع أن تحول طاقاتها المخزونة إلى عمل خلاق ومبدع وناجح بالنشاط والمثابرة، والمرأة التى تشغل نفسها بالأعمال الخيرية والاجتماعية أو الفنون والآداب أو التمريض بدلا من اللهو والعبث؛ لأن النجاح يعوض خيبة الأمل فى الحب والزواج.

أما العانس التى تحيا بلا عمل يشغل تفكيرها، فما أكثر ما تملأ نفسها بالأهواء والخيالات، ولما كانت القدرة على الابتكار لديها ضعيفة؛ فإنها إذ تفقد الحب، وسرعان ما تبدأ قواها العقلية فى التقلص والانكماش، ودائما ما تشغل نفسها بأتفه الأمور وأقلها أهمية حتى يصبح الأثر الذى تتركه هذه الحالة المضطربة فى نفس محدثها مزيجا من الأسف لها والرثاء عليها والسخرية منها.

وبين هذين الطرفين أو الحالتين حالة العانس الناجحة وتحقق ذاتها، والعانس التى يضيع عقلها يوجد فريق ثالث متوسط من العوانس.

يستبدلن الحرمان العاطفى بحب آخر موجه نحو الوالدين أو نحو صديق (من أى الجنسين) لا يقل عن الحب الرومانسى حمية وحرارة وفى هذا الحب يجدن العزاء ويشغلن به حيزا من الفراغ الشاغر فى حياتهن، ولكنه كثيراً ما يؤدى إلى نتائج سيئة؛ لأن أفقه محدود جدا، لأن فقد هذا الحبيب سواء بالموت أو بالهجر أو بأى عامل آخر يسبب للمرأة من الحزن والأسى ما يكاد يذهب بعقلها ما لم تلتمس شيئا من العزاء من الناحية الدينية، والدين هو سلوى عدد كبير من النساء اللواتى خفقن فى الحب، بل وقد يكون العزاء لكثيرات من المتزوجات أيضاً.

للنفس بحور عميقة

الفرق بين حب الفتاة وحب المرأة

لايصح أن يكون الحب المثالي ذاتياً، أى لا يصح أن ينحصر فى شخص الحبيبين دون غيرهما من الناس، وإلا فماذا يكون مصير أحدهما إذا مات الثانى؟ أيعيش فى يأس لا أمل للعزاء فيه لأن موضع حبه وكل الحياة قد مات وهو لا يستطع أن يظل بعاطفته المحبوسة داخله ولا يستطيع أن يشغل نفسه بأى عمل آخر، إن الأرملة التى تصبح فى مثل هذه الحالة بعد موت زوجها أحق بالرثاء من العانس لأنها عرفت الحب والسعادة ثم فقدتهما بموت زوجها.

لأن العاطفة الجنسية فى المرأة الطبيعية وخصوصاً فى الفتاة الصغيرة تعد أمراً ثانويا بالقياس إلى الحب، والحب عند الفتاة الصغيرة ليس إلا مزيجا من الإعجاب والزهو بشجاعة الرجل وتفوقه والرغبة الجارفة فى أن تصبح أمًّا؛ لذلك تحب أن يسودها الرجل خارج المنزل بإرادته لتسوده هى فى الحياة العاطفية بقلبها.

ألوان من المرض النفسى

الاشمئزاز الخيالى والجنس!

عرف «كرافت إيبننج» العشق بما يأتى:

إذا أحدثت أى مادة، أو جزء من مادة، أو حتى صفة مرتبطة بمادة ما باتصالها بشخص بعينه أو بفكرة متعلقة بهذا الشخص، شعورا خاصاً بالبهجة أو تأثيرا عميقا لا يطابق طبيعة هذه المادة بحال من الأحوال فإن

هذه المادة تسمى مادة التعشق ونحن نرى من ذلك أن مادة التعشق (الرومانسية) ترمز إلى شخص عاطفى كل شىء وفيه يصبح متعلقاً بهذه العواطف .

وتلعب الرومانسية (العشق الخيالى) دوراً هاماً فى كثير من الأحيان وتكون مادة التعشق هى التعويذة التى تبعث الحماس فى نفوس المؤمنين .

وقد أطلق « بينت وكرافت » وغيرهم اسم العشق الخيالى الشهوانى على الشعور باللذة الذى تبعثه رؤية بعض أجزاء من جسد شخص من الجنس الآخر، أو بعض المواد المتعلقة به فتسبب إيقاظ الشعور الجنسى فى فرد معين، قد تتكون من بعض قطع من الملابس أو من بعض أجزاء من الجسد كالشعر والقدم واليد .

وكما أن هناك أموراً تبعث التعشق إلى النفس، فكذلك هناك مواد تبعث على الاشمئزاز، وأهم هذه المواد هى بعض الروائح الخاصة، ونغمة الصوت، والأنف القبيح، والهندام الخالى من الذوق، والتصرفات الحمقاء وغير ذلك، والاشمئزاز الخيالى يقتل الشعور بالعاطفة والحب فى الرجل .

والكيفية التى تعمل بواسطتها مادة التعشق فى الحب الطبيعى هى أن تعيد إلى الذهن طيف الحبيب، وبذلك توقظ العاطفة نحوه ولكنه فى بعض الأحوال المرضية قد يصبح الغاية التى تتجه العاطفة الجنسية إليها ولا تظهر إلا بها .

العلاقة النفسية بين الحب والدين

للحب والشهوة أثر كبير على الدين؛ وكثير من العواطف المشتقة من الدين تتصل اتصالاً وثيقا بالعاطفة الجنسية ويقرر « كرافت إيبننج » أن الحماس الدينى يتصل اتصالاً وثيقا بالحماس العشقى، وأن العاطفة الجنسية إذا مرضت منها المرأة، وإذا لم تجد فيها السعادة التى كانت تنشدها فإنها تستحيل إلى عاطفة دينية تلتمس فيها المرأة العزاء، ومن الأمور المشاهدة أو ترتبط العاطفة الدينية والشهوة ارتباطا وثيقا فى بعض المجانين، وقد ترجع بعض العقائد الدينية القاسية فى كثير من الناس إلى أصل عشقى.

والحب كالدين يحتوى على عنصر غامض هو عنصر الحماس الدائم، ولهذا السبب يتحد عنصر التصوف والشهوة فى بعض الأحيان.

ويعزو « كرافت » القسوة الموجودة فى كثير من الأديان إلى الصادية وهى الشهوة الجنسية التى يثيرها عذاب الآخرين، وهو يقول فى ذلك «

إن العلاقة بين الدين والشهوة والقسوة تتلخص فى أن : ترتبط العاطفتان الدينية والجنسية بكثير من أوجه الشبه فى كمية وكيفية هياجها، وقد تستبدل إحداهما بالأخرى تحت تأثير بعض الظروف الخاصة، ولكنهما يتحولان إلى قسوة تحت ضغط بعض المؤثرات المرضية.

عودة أخرى .. للغيرة . وحزام العفة

تقول د. سهيرعباس حلمى :-

قلنا: أن الغيرة هى من الشرور العاطفية المصاحبة للحب، وأكثرها تأصلاً فى النفس الإنسانية وليست الغيرة إلا عادة حيوانية وحشية، وهذه الكلمة أوجهها لكل الذين يرون لبقائها شيئا من الحق باسم الشرف المهان، والبحث فى منشأ الغيرة يدلنا على أنها نشأت من التنازع فى الحصول على المرأة فى عصر كانت الحقوق فيه تقاس بالقوة الوحشية، فقط، وكان الرجل يتوسل بالدهاء والعنف فى الحصول على المرأة، فإذا ضمها إلى حريمه، كان عليه أن يتولى حمايتها من الطامعين والمعتدين، من هنا نشأت الحروب والقتال؛ لأن الرجل لمجرد اشتباهه فى وجود منافس له كانت تعذبه فكرة غريزية دائمة بحالة من الشك، وعدم الاطمئنان، وكانت تعصف به ذكريات الفشل السابق، وما كان يلاحقه من الثورة والهياج، أما نتائج غيرة الرجل فى تاريخ الزواج فغريبة ولا تكاد تصد،ق وبهذه المناسبة نتذكر الأحزمة الحديدية ذات الأقفال «أحزمة العفاف» كما كانوا يسمونها التى اعتادها فرسان القرون الوسطى أن يقيدوا بها زوجاتهم قبل ذهابهم إلى ميدان الحرب؛ حتى يضمنوا بقاءهن عفيفات، وما تزال هذه الأحزمة موجودة فى بعض المتاحف، وكثيرون من

المتوحشين لا يقنعون بإنزال أقصى أنواع العقاب على زوجاتهم إذا ثبت عليهن الخيانة، بل إنهم يعاقبونهن أيضا إذا رأوهن يحادثن رجلا غريبا محادثة عادية، والغيرة تحيل حياة الزوجة إلى جحيم، بل تصيبها بالجنون (جنون الاضطهاد)، والمرأة التعسة التى يوقعها سوء الحظ فى رجل مصاب بالغيرة تتحول حياتها إلى سلسلة متتابعه الحلقات من التضحية والاستشهاد ولا تكاد ترى شيئا إلا الشك المتواصل والإهانات والسباب، بل إنها قد تفقد حياتها فى إحدى تحقيقات الزوج وثوراته

الغيرة .. درجات

والغيرة درجات .. عذاب فى درجاتها المتوسطة؛ لأن الشك وزوال الثقة يسممان الحب، وقد نسمع أحيانا عن مبررات ليست منطقية، وأنها فى كل لا تعدو عن كونها حماقة موروثة وحالة مرضية.

وتلعب الغيرة دورًا هامًا فى مستشفيات المجانين والمحاكم والقصص والروايات؛ لأنها تكون السبب المباشر فى عدد الجرائم والحوادث من المآسى البشرية، وليس هناك أمل فى إزالة الغيرة من عدد من العواطف الإنسانية إلا إذا تآزر التعليم والانتخاب على التعاون باستمرار لزوالها من المخ الإنسانى، وكثيرا ما نسمع أن تسامح الرجل والمرأة فى علاقات رفيعة خارج الحياة الزوجية دليل على ضعف الغيرة فى نفسه، ولكن إذا كان التسامح والتغاضى ناتجا عن البرود، وعدم الاكثرات، أو قائما على المنفعة المادية فلا شأن للغيرة به؛ لأنه فى هذه الحالة يكون دليلا على فساد الخلق، وهناك العديد من القصص التى استطاعت المرأة الثانية أن تسرق

الزوج من زوجته مما جعل المرأة تغار على زوجها من أى امرأة سواها وتلك حقيقة مؤكدة إلى حدما .

ماهى العفة؟

العفة والطهارة والنظافة بمعنى واحد ومن العفة اشتقت لفظة « عفيف » أى طاهر ونقى ونظيف وهى تستعمل فى جملة مواضع، فيقال : الماء الطاهر أى النظيف الخالى من الأقذار، والحب الطاهر أى الشريف الخالى من الشهوات والميول الفاسدة .

آراء الاجتماعيين فى العفة :

☆ قال لينج :

« العفة زينة النفس »

☆ وقال سولون :

« العفة زينة نفوسنا وزخرف أبداننا ورائد أميالنا »

☆ وقال سان برنارد :

« لا تدع بأن لك نفسنا طاهرة إذا كانت أفكارك ساقطة »

☆ وقال قربا چولى :

« إنى أشبه الإنسان الجميل الفاسد الأخلاق بالتفاحة البديعة الشكل القاتلة »

☆ وقال الكوت

« يمكن للإنسان أن يعرف مقدار عفة نفسه بحكمه على المرأة وهو لا يكون صديق نفسه أو غيره إلا إذا كان عفيف النفس »

☆ وقال لونجس:

« العفة كنز الأطهار، وهى توجد إما فى العزوبة التامة أو الزواج الصحيح »

☆ وقال أوريليوس:

« يجب احترام المرأة العفيفة واحتقار المرأة الساقطة »

☆ وقال چون بيريونت:

« العفة والوداعة كنز الفقير »

☆وقال د. چفكس:

« العفة زينة النفس، وزخرف الحياة التى تحتقر الشهوات، وهى لا توجد إلا عند من يحفظون أجسامهم داخل سياج العفة والطهارة »

☆وقال أديسون:

« لا شىء فى الوجود يرفع قدر المرأة مثل العفة »

☆ وقال هليروك:

« لا يجعل الرجل محترما فى نظر المرأة غير رصانته وعفة نفسه »

☆ وقال چرمى تيلر:

« العقل السليم فى الجسم السليم وهو منبع الحكمة »

☆ وقال چوبير:

عفة النفس تجعل الإنسان سلطانًا على حواسه »

☆ وقالت السيدة هانتنجتون:

« العفة هى روح الجمال »

☆ وقال چون ملتون:

« السماء تحب الأطهار فعليك يا أخى بالعفة »

وقال أيضا :

« المرأة العفيفة مدرعة بدرع من حديد » . وقال لاس اسزى :

« العفة أساس الرزانة »

هذه بعض آراء الاجتماعيين فى العفة، ومنها ما يستدل على أنه يجب على الإنسان أن يعيش عفيفا ليكون سعيداً هانىء البال بعيدا عن كل ما يشوش الفكر ويؤنب الضمير..

أما الدعارة فهى عكس العفة تماما، وهى السبب فى انحطاط الجنس البشرى وعدم ارتقائه؛ لأن الدعارة تجعلنا نهتم بشىء تافه ونترك فى الوقت نفسه شيئا فى منتهى الأهمية، تجعلنا نبحث عن الجمال الطبيعى ونترك الجمال الروحى

☆ الرجل العفيف يحب نفسه وغيره أما الرجل الغير عفيف فيحب نفسه فقط .

حب النفس رذيلة من أكبر الرذائل التى أضرت المجتمع الإنسانى ويجب علينا أن نحاربها بشدة

مناظرة .. بين العفة والشهوة

العفة : أنا الحرة التى تجوع ولا تأكل بثدييها .

الشهوة : أنا أفعل ما يحلو لى .، لماذا أكبت نفسى فيعتل جسدى .

العفة : لم أعانى المرض يوماً وعفتى وطهارتى تاج على رأسى فلا يلوكنى أى لسان .

الشهوة : تكذبين على نفسك دائما، إن الكبت هو الذى يولد الانفجار .

العفة : والمزيد من الانهماك فى اللذات يصيب بالجنون.

وقال أوسترلين:

إن كبح الشهوات يمنع أمراضا عديدة؛ ولذا يجب على كل إنسان أن يجتهد فى كبح جماح شهواته حتى يكتسب جسمه صحة ونشاطا وقال ڤرشو: يظن البعض أن العفة هى سبب الخلوروز عند النساء، وهذا غير صحيح؛ لأنى وجدت هذا الداء عند بنات لم يبلغن العاشرة من العمر وعند كثير من المومسات.

وقال الاجتماعى إلدر إيفانس.

لاحظت فى شيعة الشيكريين وهى الشيعة التى تكره الزواج، وتميل إلى العزوبة أن أغلب أفرادها أقوى أجساداً، وأهدأ بالاً، وأرقى عقولاً وأطهر قلوبا، وأطول أعماراً من المتزوجين المنهمكين فى اللذات.

معنى ذلك أن لا العزوبة ترضينا ولا الانهماك فى اللذة ينجينا من الأمراض.

فالعفة هى العلاج الوحيد الذى يمكننا أن نقاوم به الكثير من الأمراض الجنسية التى داهمتنا فى السنوات الأخيرة، وأهمها مرض الإيدز والذى ينتج من العلاقات الجنسية الغير مشروعة.

الزواج والحالة النفسية. والحرية الجنسية

(١) وحدانية الزواج المؤقتة أو الدائمة :

تزاوج فرد من أحد الجنسين بفرد واحد من الجنس الآخر، وهذه هى الحالة المنتشرة بين معظم الطيور، والحيوانات الثديية وكثير من الشعوب الإنسانية .

(٢) تعدد الزوجات :

تزاوج ذكر واحد بعدد من الإناث، وهذا هو النظام الذى يتبعه الحيوان المجتر والدجاج، وتبيحه الشعوب الإنسانية كالمسلمين والزنوج وهنود أمريكا وغيرهم .

(٣) تعدد الأزواج :

تزاوج أنثى واحدة بعدد من الذكور، وهذا النظام سائد بين النمل إذ يقوم كثير من الذكور على التوالى بتقليح أنثى واحدة، أما الحيوان الراقى فإن غيرة الذكور تجعل هذا النظام مستحيلاً، وهذا النظام نادر فى الإنسان وإن كان موجودا فى بعض شعوبه .

(٤) زواج الجماعة :

تزاوج عدد من الذكور بعدد من الإناث، وهذا النظام نادر، ولكنه موجود فى إحدى القبائل الهمجية (قبيلة توجا) .

(٥) الفوضى الجنسية :

حرية الاتصال الجنسى بين الذكور والإناث، وهذا النظام يسود فى الحيوان، وخاصة بقيه الأنواع المنحطة منه، وتكون الفوضى الجنسية أكثر

انطباقا على الطبيعة إذا أهملت لأنثى صغارها بعد وضع بيضها، ومع ذلك فليست هذه الفوضى من الانتشار بين الحيوان إلى الحد الذى نتوهمه، لأن الأنثى فى أغلب الحيوانات تكاد تقتصر فى الاتصال الجنسى على فصل الإخصاب، أما فى الإنسان فإن الفوضى التناسلية تتمثل فى أوضح صورها فى البغاء الذى يمثل النوع الوحيد الكامل لها .. وقد كان تعدد الزوجات قانونيا بين معظم الشعوب القديمة، وهو لا يزال كذلك حتى الآن بين كثير من القبائل المتوحشة وعدد غير قليل من الشعوب المتحضرة ولكنه يأخذ أشكالاً متعددة.

ولا يبيح القانون فى المكسيك وبيرو واليابان والصين للرجل أن يتخذ لنفسه أكثر من زوجة شرعية واحدة، ولكنه يبيح له أن يتخذ ما يشاء من الإماء والمحظيات على أن يتمتع الأطفال الذين يرزق منهن بكافة الحقوق التى يتمتع بها أبناء الخلوة الشرعية. وقد بقى تعدد الزوجات بين اليهود فى القرون الوسطى، وكان للملك سليمان سبعمائة زوجة وثلاثمائة محظية، ولا يزال اليهود فى البلاد الإسلامية يتبعون نظام تعدد الزوجات حتى الآن، كما أن الإسلام أباح للرجل أن يتخذ لنفسه أربع زوجات شرعيات، وما يشاء من المحظيات، ولكنهن لا يتمتعن بحقوق الزوجات الشرعيات، ويوجد نظام تعدد الزوجات أيضا بين الهندوس والفرس، أما الرومان فكانوا يتبعون نظام الوحدانية بدقة تامة، ولكن اتخاذ المحظيات كان سائداً بينهم . أما فى أوربا المسيحية فقد وجد نظام تعدد الزوجات أحيانا، فإن القديس أغسطس لم يحرمه، وقد أباح لوثر لفيليب أميرهيس أن يتخذ لنفسه زوجتين، كما أباح للرجال بعد معاهده

وستفاليا أن يتزوجوا من اثنتين وذلك لنقص عدد سكان ألمانيا نقصاً كبيراً وليس اتخاذ الأمراء فى الزمن الحاضر للخليلات والمحظيات بجانب زوجاتهم الشرعيات إلا أثراً لنظام تعدد الزوجات، ولما كان المسيح لمى ذكر شيئاً بخصوص تعدد الزوجات فإن لوثر لم يحرمه، وقد أدخل المرمون نظام تعدد الزوجات على دينهم، ويضرب لنا ملك « لوانجو » الزنجى الرقم القياسى فى الحد الذى يمكن أن يصل إليه تعدد الزوجات عند الملوك والزعماء، لأنه يملك نحو سبعة آلاف زوجة فى حين أن زعماء جزر فيجى يقنعون بعدد يترواح بين عشرين ومائه زوجة.

ومن الشعوب الهمجية التى تتبع نظام وحدانية الزواج أهالى جزر اندمان، وقبائل التوارج، والودادى، والواندوت، وبعض القبائل الأسترالية، أما فى الشعوب الهمجية الأخرى فتبيح تعدد الزوجات للزعماء فقط، على أن أغلب الناس حتى فى الشعوب التى تبيح تعدد الزوجات يميلون إلى الاقتصار على زوجة واحدة، والشعوب التى يسود التعدد بين أهلها نادرة جدا، والدليل على ذلك أن ٩٥ ٪ من مسلمى الهند، و ٩٨٪ من الفرس يتبعون نظام الوحدانية، وبذلك يكاد يكون تعدد الزوجات فى كل مكان امتيازاً خاصاً بالأمراء والزعماء والأغنياء، ومن الحقائق التى يتضح فيها الاقتصار على زوجة واحدة بين الشعوب التى تمارس نظام التعدد أن إحدى الزوجات تتمتع وحدها بامتيازات لا تتمتع بها الأخريات، كما أن الرجل المتعدد الزوجات يفضل من الوجهة الجنسية واحدة أو عددا قليلا منهن فقط.

وفى بعض الشعوب التى تمارس نظام التعدد يضع الرجل نظاما خاصاً

ثابتا للاتصال الجنسى مع زوجاته، فيخص كل منهن بضعة أيام أو أسابيع أو شهور، أما فى بعض الشعوب الأخرى فقد تبقى بعض الزوجات عذراوات، لأن الرجل لا يقربهن، ولا يفكر فيهن ولا يعاملهن أكثر من خادمات، والزوج فى هذه الشعوب عادة يتزوج من امرأة ثانية إذا كبرت الأولى، وبذلك يصبح نظام الزواج السائد بينهم هو الزواج الثنائى، أما نظام تعدد الأزواج فكان سائدا بين السنغاليين قبل الفتح الإنجليزى، وكان كل سبعة رجال يشتركون فى زوجة واحدة ولا يزال هذا النظام سائدا فى بلاد التبت حتى الآن، على أن هؤلاء الأزواج لا يتساوون جميعا فى المنزلة والمقام، إذا وجد بينهم من هو أقل مقاما من غيره، وهكذا يطابق نظام المحظيات، ويكون هذا التفاوت دليلا على الميل إلى وحدانية الزواج، ويلاحظ أن عادات الزواج لا تتفق دائما مع رجحان أحد الجنسين على الجنس الآخر، فمثلا يسود نظام تعدد الأزواج دائما فى الشعوب التى يزيد فيها عدد الرجال على عدد النساء، كما لا يسود نظام تعدد الزوجات فى الشعوب التى يزيد فيها عدد النساء على عدد الرجال، بل إن العكس جائز الحدوث أحيانا، وفى هذا دليل ضمنى على أن تعدد الزوجات لا يصح أن يعزى دائما إلى تفوق عدد النساء أما تعدد الأزواج فيرجع

السبب فيه إلى الفقر أكثر ما يرجع إلى زواج الأقارب، أو تفوق عدد الرجال، كما لا ننسى أيضا أن تعدد الزوجات يرجع إلى ما تفرضه بعض التقاليد الدينية على الزواج من ضرورة الامتناع عن العلاقات الجنسية أثناء الحيض والحمل والرضاعة، وقد تمتد هذه المدة الأخيرة إلى سنتين أو أربع، وهناك بلاد مثل سيراليون تعد جماع الرجل لزوجته قبل أن يصير آخر وليد لهما قادرا على المشي جريمة كبرى.

البحث عن السعادة الوهمية

من دفاتر علاجهم النفسي

تقول المريضة القابعة فى حجرة العلاج النفسى للطبيب المعالج بعد أن دار صوت الكاسيت على موسيقى « رجل وامرأة » الحالمة..

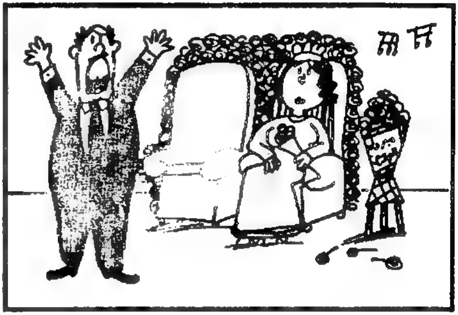
كنت أتخيل أن ليلة الزفاف أسعد أيام عمرى، وأنتظرها بفارغ الصبر وعددت الساعات لأكون عروساً أزهو بثوبى المزر كش اللامع، وتاجى المرصع بالجواهر، وقميص نومي الأبيض الشفاف؛ لكنها جاءت عكس ذلك تماما فقد اكتشفت أنها كانت تجربة قاسية لنفسيتى، وأحسست بزهد شديد ناحيته، وكانت همساته ثقيلة وقبلاته تثيرا اشمئزازى بل إن رائحته أصابتنى بالغثيان.

وانقضت الليلة بأحزانها وثقلها وسوادها تاركة فى نفسى أثراً عميقا من الهم، وجاءت بعدها الليالى تتبعها الليالى، ولم تكن أقل ثقلا وسواداً بل على العكس زادت من جمودها حزنا، وخيم الظلام على قلبى البرىء؛ فكنت أعيش فى سجن نفسى عميق وبغيض، وانتقلت من شقاء إلى شقاء، حتى استقر ذهنى على فكرة رسخت فى نفسى بأن

زوجى هو سبب تعاستى، تزوجته بلا حب، وليس هناك حل إلا البحث عن رجل آخر يعوضنى أحزانى وتعاستى؛ لكنى عدت إلى نفسى وإيمانى المطلق الذى يرفض فكرة الخيانة، وفى النهاية أدى بى الأمر إلى الاضطراب والقلق والانهيار العصبى، وأصبحت حالتى النفسية والجسمية فى هزال شديد فالتحقت بإحدى المصحات النفسية وبالرغم من استعمال الكهرباء فى علاجى والتيارات الغازية الأخرى .. ما جعل أهلى وزوجى يبكون من أجلى دون أن أفصح عن أحزانى.

وبعد محاولات الطبيب والجلسات النفسية العديدة.. أفصحت بمكنونات نفسها، وطغى على السطح السبب الحقيقى فى العلة النفسية التى تنتابها، وهو أن فى نفسها كبرياء دقيق فهى لا تريد أن تحب أى رجل لأن اعتقادها أنه يذل النفس، وفى هذا ما يتعارض مع كبريائها، ومن أجل هذا فشلت فى أن تحب زوجها بل حملت معها معاول الهزيمة، كما طغى على السطح ألوان نفسية أخرى كانت من العوامل التى ساعدت على انهيارها العصبى، ولقد كانت هذه المرأة كثيرة التعلق بأبيها مما ترك فى نفسيتها عقدة التعلق بالأب، فكانت تتودد إلى أصدقاء أبيها الذين فى سنه، وقد اكتشف الطبيب سر عقدتها بأن أول قصة حب لها كانت مع رجل فى مثل سن أبيها يملك وسامة وأناقة وكلمات مهذبة رقيقة، أحبها بجنون وجمع فى عواطفه بين الحب والخبرة والرقة والقسوة؛ فهامت به حباً، وقد اعترفت لأمها بذلك الحب فثارت ثورة عارمة، وأخبرت والدها الذى هددها بالقتل إن هى حاولت أن تقابل هذا الرجل مرة أخرى، فخافت وهى تحمل بداخلها حباً كبيرا

علم على قلبها، لكنها صمتت واستجابت لأول خاطب لها، وقد اعتقدت أنه سيكون فى رقته مثل الرجل الكبير الذى أحبته، لكنها فى ليلة الزفاف لم تتذكر سوى الرجل الأول ولم تحاول أن تستجيب لزوجها، لذلك على أى رجل فى الليلة الأولى له مع زوجته - المرأة - أن



يكون ذكيا ورقيقا ولماحاً لأن المرأة رقيقة أيضا وحساسة وتكون مهيأة لمزيد من الحب مع زوجها الأول فيحدث العكس ويحدث لها الانتكاسة النفسية وفى مثل هذا الموضوع تقول إحدى الزوجات الصغيرات....

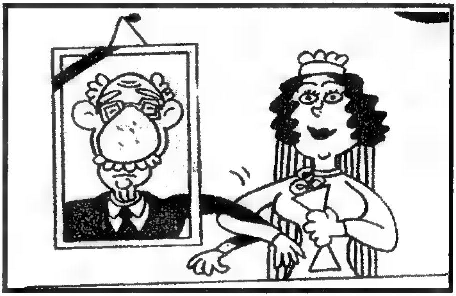
زوجى كان معى فى منتهى القسوة فى ليلة الزفاف، كان جافا جرح كبريائى وشعورى فقد تفوه ببعض الكمات النابية، واعتبرته جرحاً وإهانة لى .. كان حديثه فى تلك الليلة ينم عن قسوة وغلظة وعنف، ومع أنه بعد ذلك حاول أن يكون لطيفا معى إلا أن الكلمات العنيفة ظلت عالقة بذهنى مع إنى حاولت أن أتناساها إلا أن غلظته عاشت فى داخل إحساسى وعقلى .. ومرت الأيام ،وكانت تصيب الزوجة حالات من الهياج العصبى فى صورة خناقات وصراخ معه وضرب للأولاد وكسر للأطباق والأكواب.

وحكاية أخرى

هى أحبت شاباً حباً عنيفا، ولكنها عاشت معه حياة عاطفية مؤججة ورغم أن معرفتها به استمرت عشر سنوات، فقد عرفته وهى فى الثامنة عشرة وهى الآن فى الثامنة والعشرين، ومع ذلك لم تشعر ناحيته بأى نداء للطبيعة، ومن أجل ذلك الحرمان سقطت فى قلق عصبى وانهيار نفسي شديد .. وعلى الرغم أن الرجل أراد أن يتزوجها إلا أنها أصيبت بالحيرة ولم تدر هل ترفضه؟ هل تقبله وكيف تتزوج رجلاً لا تشعر ناحيته بأى استجابة فى نفسها لعواطفه، وعندما قامت بعمل جلسات علاج نفسية استنتج الطبيب أن هذه الفتاة أعطت نفسها بسهولة إلى ذلك الشاب اعتقاداً منها أنه سيتزوجها وبذلك بررت تساهلها معه، وهذا التبرير حجة واهية وعذر سقيم أرادت أن تخفيه وراء رغبتها فى تذوق التفاهة المحرمة، لقد رسخ فى نفسها فكرتان متضاربتان الأولى: الرغبة فى الحياة الشريفة، والإقلاع عن الشجرة الجافة، والرغبة الثانية: نداء الطبيعة والاستمرار فى أكل الطعام النيئ، وأمام نزاع النفس ويقظة الضمير اختارت لنفسها الطريق الوسط فكانت تقدم على تناول الطعام دون أن تمضغه بين شدقيها، فكانت تقابل الشاب لمجرد أنها أنثى ثم تمنع نفسها عن اللقاءات المحرمة لأنها تخاف .. فعاشت تعانى معاناة نفسية شديدة، وهناك ملاحظة أخرى هى أنها شعرت بأن هذا الرجل سلبها أعز شيء فى حياتها كأنثى فكرهته، ثم خافت إن هى تركته، ثم ندمت ندماً شديدا وراحت تؤنب نفسها وتؤاخذها على سوء تصرفاتها؛ فكرهت نفسها وحل الخوف محل السعادة فى نفسها، بل ودفعها الحزن العميق إلى أن تعيش فى شبه عزلة نفسية، وكانت هذه العزلة بمثابة

سجن عميق خال من السعادة والهناء، وكأنها بذلك تعمد إلى تعذيب نفسها جزاء ما اقترفت من تفريط الأمانة التى وهبها الله إياها، وأضاعتها بغير حق.. وهذا العقاب النفسى أشبه بعقاب فقراء الهند لأنفسهم عندما يسيرون على المسامير أو يعلقون أنفسهم أياماً فى رؤوس الشجر ظانين أن العذاب الذى يحل بهم يغسل أخطاءهم وخطاياهم.

وبنظرة أخرى لقصة هذه المرأة نجد أن الشاب دأب باستمرار على مدح أمه وأخواته البنات أمام خطيبته، مما أثار فى نفس الفتاة البغض



والكراهية لأهله؛ فقد شعرت من كلامه أنه يؤنبها، وأنها أصبحت دون الشرف والعفة من أمه وإخوته مما جعلها تتأجج بالمهانة النفسية، وبالفعل انتابتها الكراهية لهذا الشاب، فودت أن تنفصل عنه بل وتهجره، لكن السر القائم بينهما جعلها تتردد ألف مرة حرصا على سمعتها، وانتظرت طويلاً اللحظة التى يتقدم فيها يطلب يدها ثم يعقد قرانها فتطلب منه الطلاق، وبذلك تتمكن من الانتقام منه ولكن الوقت طال واشتدت آلامها النفسية وأصبحت فى حزن عميق، ثم فكرت فى الانتحار كمخرج لها من الورطة التى تعيش فيها، وكنوع من أنواع العقاب لهذا الحبيب، فقد اعتقدت أنه بعدوفاتها سيجد نفسه محروماً منها، ومن متعة العيش بجوارها كما اعتقدت أن فى انتحارها أيضا ما يوقظ ضمير الرجل خاصة حين يشعر بتأنيب الضمير لأنه كان السبب فى رحيلها.

تصور غاية في القسوة والألم

نتساءل كيف عاشت هذه المرأة فترة طويلة مع حبيبها وهى مشحونة بالانفعالات والحنق والغيظ من رجل مثل حبيبها يجهل شعورها ونزعاتها النفسية التى تعانى منها، وجاهل بهستيريا النساء، فذلك يحتاج إلى مزيد من التفسير عندما يكون الرجل أعمى عن الحقيقة . ولهذا تاهت المرأة بين نفسيتها المحطمة، وحرمانها العاطفى، وهواجسها المخيفة ترى هل زالت عنها آلامها بقول الطبيب فى اقتضاب: دعى الموضوع فى طى الكتمان

هى وبيت الرمال

هذه القصة نرى فيها الكراهية المميتة بين الرجل وزوجته، ونرى الحقد متجلياً بألوانه المختلفة، وتظهر لنا أيضا نفسية المرأة على حقيقتها، ورغم مقدرتها على التسامح أو نسيان الشر أو غفرانه، عمرها ٣١ عاما متزوجة منذ سبع سنوات تعانى انهياراً عصبياً، وحالات نفسية عنيفة، واشتدت عليها الأمراض حتى باتت على شفا جرف من الهاوية والجنون . . كان حبها جذوة مشتعلة سرعان ما تنطفئ كعود ثقاب خائب ردئ الصنع - انحدرت من بيئة

متوسطة الحال، وعملت كاتبة فى أحد البنوك يتصبب وجهها عرقا وخجلا من الفستان الباهت التى ترتديه أسابيع طويلة .. أما هو من أسرة عريقة رآها فبات منبهراً بجمالها، حاول إقناع أهله بالزواج منها، لكن دون جدوى فتزوجها رغما عنهم، فكانت القطيعة الكبرى والغضب الهادر بينهما، زعمت أن حبها لزوجها فاق الحدود، وأنها بدونه لا تستطيع الحياة، هامت به حباً، لكن لسوء حظها شابت حياتها العاطفية سحابة سوداء قاتمة فهى تحس بثقل ظله بينها وبين نفسها، وهذا الإحساس يلازمها .. لكنها لا تريد أن تخونه، ينتابها حنين قوى لأن يكون لها طفل يشب وينمو ويترعرع بجوارها ،يمرح خلفها، يتشبث بثوبها، يلقيها بالأكواب الفارغة يتهادى بحبها كالطاووس، ولكنها كانت تنفر منه؛ لأن إحساسها نحوه قلب صورة الطاووس أمام ناظريها، فصار أشبه بحيوان بشع، ومن ثم عاشت فى جمودها العاطفى بعيدة عن أحلامه الوردية فى الحب والزواج، لكنه مع الأيام تفطن لمعاملتها الجافة وحياتها العاطفية التى جعلته يمل منها، فبحث عن الأشواق وجدها تلاشى عن الحنين والشوق الذى كان يتأجج فى صدره، فلم يجد سوى أطلال، لقد تلاشى تماما الإحساس القوى بالحب فى قلبه، وبدت هى فى نظر زوجها امرأة عادية لا فتنة فيها، ولا إغراء، ومع ما كان يخالجها من أن تتودد إليه أو تتلطف معه ،ظلا الخجل والحياء يمنعانها ويحولان دون إظهار هذا الحنين، فكبتت هذا الميل فى قاع نفسها، وتخشى زوجها لأن طباعه فيها نزعات سادية، فيبدو أمامها فظًا متحجر المشاعر والعاطفة.

وينتابها خوف آخر لا أساس له، خوف قام على كثبان هشة من الرمال، وأرض واهية ضعيفة؛ فهى تخشى أن تتمكن امرأة أخرى من أن تسرق قلبه، وتستحوذ على مشاعره، ويوافق عليها وأهله، ويتخلصون من كرهها الكامن فى صدورهم، وأيقظ هذا الخوف فى نفسها كوامن الغيرة فى نفسها، فكانت ترى الأشياء أمامها على شفا الضياع كأنها ستفقدها، وللصدفة العجيبة تسكن بجوار شقتها امرأة متزوجة فتراكمت على رأسها المريض الوساوس التى تجول فى ذهنها؛ فظنت أن بينها وبين زوجها علاقة خفية.

وبمجرد أن وجد هذا الخاطر فى نفسها سبيلا، اتسعت الهوة بينها وبين زوجها، وصار ذهنها كله حكايات وقصصًا وهميةً وظنًا سيئًا عن علاقة هذه الجارة بزوجها؛ فكرهتها ومقتتها ونظرت إليها نظرة المظلوم إلى الغاصب الذى يريد أن ينتزع منه ماله، وازدادت الكراهية بمرور الأيام وبالرغم من أن الأحداث أثبتت أن تفكيرها كان خاطئا، وأنه لا توجد أى علاقة بين زوجها وبين هذه المرأة، وبالرغم من ذلك استمرت الكراهية البغيضة تسامر قلب الزوجة نحو جارتها، وبالرغم أيضا من أن هذه الجارة انتقلت من مسكنها الذى كان بجوارها إلى مكان بعيد؛ إلا أن أفكارها (أعنى الزوجة) ظلت تحوم حولها وظلت تلاحقها فى تنقلاتها، وظلت الزوجة تحت تأثير سحرى وقوى، تتابع هذه المرأة فى تنقلاتها، وتتبع أخبارها، وينتاب هذه المرأة شعور قوى من الظن والشك القاطع، فهى تظن فى كل إنسان تعامله، ولا تثق فيه، وتشك فى كل إنسان يتحدث إليها ولا تثق فيه، وأكبر الشكوك والظنون تحوم حول (الجارة) فتعتقد مثلا أنها لو أعطت شحاذًا بعض المال، فإن هذا الشحاذ

سيذهب إلى الجارة ويحدثها عما ناله من هذه المرأة.

وتظن فى أخواتها السوء وتشك فى تصرفاتهم وهى وسواسة إلى حد كبير.

وحياتها الزوجية غير مستقرة، فالقارب الذى تركبه مع زوجها يسير بين الأنواء والعواصف وهى عنيدة معه؛ فإذا راق لزوجها أن ترتدى ملابس معينة، فعلت عكس ما يريد، إن هذه المرأة تشعر بالغيظ والكبت من النساء، ففى طفولتها كرهت والدها كراهية عمياء؛ لأنه كان فظا يسئ معاملة أمها، وكانت تنحاز فى صراع والديها إلى جانب الأم؛ فتقف فى صفها ضد أبيها وعندما مات أبوها قال لها: سامحينى أنا أحبك فشعرت بعقدة ذنب لا نهائية بأنها السبب فى موته، وتحولت إلى كره أمها وكل امرأة، وكانت تعاقب زوجها؛ لأنه يحبها، وهى لا تريد الحب منه؛ لقد تمثلت أزمتها النفسية فى الصراعات العديدة والتى فجرها الحنين إلى طفل تمارس معه أمومتها.

المرض النفسى فى السينما

بئر الحرمان النفسى

فى الستينيات استطاع الأديب المتمكن «إحسان عبد القدوس» أن يكون صورة صادقة لأحاسيس ومشاعر المرأة، ولا عجب فى ذلك فأمه السيدة «روزا اليوسف» صاحبة أول مدرسة صحفية حقيقية، هى أول من فتحت ذهنه وأفكاره ليكون أديبا وصحفيا يحمل من بعدها راية الصحافة.

كتب «إحسان عبد القدوس» الكثير من القصص الرومانسية التى تهتم بنفسية المرأة، من أهم هذه القصص قصة «الوسادة الخالية» والتى تعرض فيه لمشكلة الحب الأول، وأن هذا الحب يظل ملازماً للإنسان فترة طويلة من الوقت إلى أن تزول آثاره، وقد تكون القصة مؤثرة؛ لأن من قام

بتمثيلها فنان ومطرب رومانسى هو «عبد الحليم حافظ»، فاستطاعت القصة أن تكون مؤثرة وعميقة فى نفسية كل من رآها .. واستمر «إحسان عبد القدوس» هذا الأديب الذى أطلقوا عليه أديب المرأة لقربه وتفهمه لمشاكلها النفسية الخاصة، ثم كانت قصته التى فجرت مشكلة «الحرمان» العاطفى الذى تعانى منه المرأة، وفعلا مس المشكلة بعنف ودق على أوتارها بشدة من خلال فتاة غاية فى الأخلاق والأدب، وفوق هذا الجمال فتاة عادية لم تبد عليها أى علامات للمرض .. لكنها كنت تشكو من القلق والصداع، وحين ازدادت حالتها سوءا قررت أن تذهب إلى أحد الأطباء النفسيين الذى اكتشف بعد جلسات العلاج النفسى، أنها فتاة عادية فى النهار، وفتاة ليل حين يأتى الليل، واحتار فيها وحاول أن يجعلها تبوح بأسرار نفسيتها الغريبة وأطوارها التى لا يستطيع أن يسبر أغوارها، وبعد فترة طويلة من العلاج.. اعترفت بأن أمها ناهد تعانى من الحرمان العاطفى منذ أكثر من عشرين عاماً أى بعد ولادتها لأسباب تتعلق بالحب والغيرة، وقد تكون الخيانة فاعتزلها وحرمها عليه، فكانت الأم تأخذ ابنتها بين أحضانها وتبكى بكاء شديداً؛ فأحست الطفلة الصغيرة بمعاناة أمها النفسية، ولم تفهم إلا بعد أن أصبحت شابة، فأرادت أن تنتقم من كل الرجال فى صورة أبيها الذى عذب أمها، وحرمها من حبه وعاطفته لسنوات طويلة .. هذه إحدى العقد النفسية التى تصيب المرأة فى طفولتها دون أن يشعر الأهل بأن تصرفاتهم تحسب عليهم، بل وتسبب الجراح والآلام النفسية العميقة لصغارهم، وفى النهاية جلسات علاج وأطباء وأدوية وقد ينتهى بها المطاف فى مستشفى الأمراض النفسية أو المجاذيب لتبدأ رحلة علاج قد تطول أو تقصر حسب الظروف .

المرض النفسي و المرأة الرئيسة

عندما يتصرف الرجل المدير بعنف يوصف بأنه حازم، وحاسم، وإذا تصرفت المرأة المديرة بعنف، فإنها توصف بأنها عدوانية ومؤذية!

لابد أن نتوقع ونحن مازلنا مجتمعًا ذكوريا ألا نجد من يرضى عن وجود المرأة فى موقع قيادى.

« مارجريت تاتشر هى الرجل الوحيد بين قادة أوروبا » . . . . هذا هو هو ما قاله الرئيس الفرنسى السابق ميتران عن تلك السيدة، وعندما سئل عن معنى ما قاله .. قال: إنه يعنى كثيراً فهى امرأة حديدية أقوى وأشد شكيمة وعزما واحتراما من كل زعماء أوروبا، ويعنى أنه لكى تنجح امـــــرأة فى المناصب التى يشغلونها بينما تفوقت هذه المرأة الحديدية عليهم بحيث أصبحت الرجل الوحيد بين قادة أوربا كلها!

إذا كان هذا هو رأى واحد من زعماء العالم المتقدم فى سيدة احتلت منصباً قيادياً وأثبتت نجاحها فيه. فما رأيكم أنتم فى المرأة عندما تصبح مديرة أو رئيسة؟ سؤال وجهناه لعدد من الجنسين ممن عملوا تحت رئاسة سيدة فكانت إجابتهم على النحو التالى:

لقد جربت العمل مرة تحت رئاسة سيدة .. وتحت رئاسة رجل فى مرة أخرى، ففى بداية تعيينى بالشركة كانت سيدة هى التى تشغل

منصب مديرة الإدارة التى أعمل بها، والحق إننى لم أدرك مزاياها إلا بعد خروجها من العمل إلى المعاش، وتولى رجل شؤون الإدارة من بعدها، وقد كانت أكثر صبرا وتحملا فى مواجهة المشاكل، وكانت تهتم جداً بإزالة الخلافات بين مجموعة الزملاء لدرجة أننا كنا بالفعل مثل الأسرة الواحدة، وكنا فريق عمل متجانساً، يعرف كل فرد فيه مهام عمله واختصاصاته ،ونحاول مساعدة بعضنا البعض لإنجاز ما يوكل إلينا من مهام، وبعد وبلوغها سن التقاعد، افتقد من تولى الإدارة بعدها هذه الميزات، ودبت خلافات كثيرة بيننا، وحلت الأنانية والنفاق محل روح الفريق، وأصبح التواجد فى موقع العمل محاطا بجو من المكائد والدسائس التى تستغرق وقتا وجهداً كان من الممكن استغلالها فى عمل مفيد للشركة!.

عدوانية

إنها فى محاولاتها لإثبات قدراتها على العمل كرئيسة تدقق أكثر وتتأخر فى اتخاذ القرارات، وتتصور أحيانا أن سبب فشلها أو إخفاقها فى أى مشروع هم العاملون تحت رئاستها، وتكون النتيجة أنها لخوفها هذا أكثر قسوة وأقل عطفا ورحمة، وتعاتب بشدة ويعلو صوتها كثيراً فى العمل !

عاقلة

أعمل فى شركة كبرى من شركات المقاولات الخاصة، ورئيسى المباشر سيدة محترمة تسعى دائماً للمطالبة بحقوق كل العاملين معها؛ ولهذا نحصل على مكافآتنا وحقوقنا المادية كاملة، بينما يشكو زملاء

أخرون فى الشركة نفسها من أن رؤساءهم الرجال لا يفكرون إلا فى مصالحهم الشخصية فقط ويتجاهلونهم؛ ولهذا تضيع حقوقهم المالية فى سبيل تحقيق أطماعه الخاصة دون أدنى اهتمام بمطالب مرؤوسيه».

المرأة أكثر قدرة من الرجل على تحمل أعباء العمل المتعددة ، وهى شديدة الحماس، وليس من السهل كسر شوكتها أو التأثير عليها إلا بالعقل والحوار الهادئ والإقناع، فليس للعواطف مكان بارز فى حياتها؛ ولذلك فإنها تتعامل مع كل العاملين معها على أنهم زملاء أو شركاء ، كما أنها تختار هدفها بدقة وتسعى إلى تحقيقه بثبات وخطى وئيدة ودائما ما تصل إلى تحقيق أهدافها واحداً تلو الآخر.

إن المرأة وفق تركيبها الجسمانى الذى خلقه الله تعالى عليه تعيش أسبوعاً على الأقل كل شهر فى حالة عصبية ونفسية غير عادية مما ينعكس على تصرفاتها وقراراتها إذا كانت فى موقع قيادى.. مما يحد من نجاحها!!.

النقد

ولأنها خبيرة المركز القومى للبحوث الجنائية، وبالتالى يمكنها تحليل ما توصلنا إليه من آراء.. وهى فى الوقت نفسه مديرة لنفس المركز، إذن فقد عايشت تجربة العمل فى موقع قيادى؛ ولذا كان ضروريا أن نتعرف على رأيها، وقد حدثتنا د. نجوى الفولى قائلة : ما زال فى مجتمعنا من لا يتقبل وجود المرأة فى منصب تصدر من خلاله الأوامر وتتخذ القرارات، وإذا كان طبيعياً أن يغضب الكثيرون من توجيه النقد واللوم لهم على تقصيرهم فى عملهم، فما بالنا إذا كان هذا التوجيه صادراً من امرأة ؟! ولأن من يشغل منصبًا قياديًا يصعب، بل يستحيل عليه إرضاء

جميع العاملين تحت رئاسته، فلابد أن نتوقع - ونحن ما زلنا مجتمعًا ذكوريا - أن نجد من لا يرضى عن وجود المرأة فى منصب قيادى لمجرد أنها امرأة ، وأن ينظر البعض إليه من منظور أنها مخلوق أنثوى .. فإذا انفعلت وغضبت من أحد لارتكابه خطأ جسيماً فى عمله، يبرر انفعالها بأنها فى فترة مرضها الشهرى متناسيا خطأه متجاهلاً أنه غالباً ما تشغل المرأة منصبا قياديا فى سن تكون قد تخطت فيها فترة هذا المرض الشهرى، وإذا من ما اتخذت قرارا حاسما يشوبه شيء من الحزم والقوة قيل: إنها تحب الإيذاء والإضرار بمرؤوسيها خاصة الفتيات والسيدات بسبب غيرتها منهن!.

لا أدرى إن كان سيأتى علينا يوم ننظر فيه للمدير أو الرئيس وسلوكه وقراراته لمجرد أنه إنسان بغض النظر عن كونه رجلاً أو امرأة .. أم لا ؟!.

عليها طيلة الوقت اجتياز الصعاب.. وإثبات قدرتها على العمل وعدم التخاذل ، وعدم الاعتراف أو التصريح بأى إرهاق أو مشاكل .. وإذا نجحت بعد كل هذه العقبات الشائكة فى تولى القيادة تشعر بكراهية المحيطين بها لا لشيء غير أنها تقودهم!!

لماذا يكرهها المعقدون .. الست الرئيسة

وحول أسباب كراهية المرأة القيادية سألنا المتخصصين فى علم النفس والاجتماع.

وعن سؤالنا أجاب د. محمد أحمد عويضة أستاذ الطب النفسى بجامعة الأزهر قائلا: الشخصية القيادية مكروهة بشكل عام، وذلك بسبب ثقافة مجتمعية مرتبطة بالشعب المصرى؛ لأنه خلال فترات تاريخية طويلة حكم من قبل شخصيات عملت لصالحها، ولم تفكر فى

مصلحته، وهناك عوامل تساعد على تأكيد هذه الفكرة نفسيا، وهى أن الشخص القيادى يعمل فى ظروف ما، وعليه تحقيق إنجازات، وهذا يتطلب وضع خطط ومواعيد تنفيذ وقرارات قد لا تحظى بالشعبية، وهنا يصبح شخصا مكروها بعد أن كان صديقا يعانى ما نعانيه . وهنا تجد الإشارة إلى أنه بشكل غير إرادى يعطى المرؤوسون لرئيسهم مشاعرهم تجاه والدهم فهم يحبونه؛ لأنه يحميهم ويكرهونه؛ لأنه مصدر سلطة فهو يملك أن يعطى أو يمنع ولا يملكون هم حق الاعتراض؛ لأن تربيتنا لا تسمح للأبناء بإظهار مشاعرهم الحقيقية تجاه الأب، فهم يسقطونها على رئيسهم فى العمل على أساس أنه الأب البديل؛ لذلك سنجد أن المستقرين أسرياً مشكلاتهم مع رئيسهم أقل بكثير ممن يعانون داخل منازلهم؛ لأن من يعانى لديه دائما الرغبة فى مشاكسة السلطة والتمرد عليها . ويزداد الاضطراب عند المرؤوسين عندما يكون القائد امرأة، هنا تأخذ صورة الأم فى البيت، والأم عندنا مرتبطة بالعطف والحنان؛ ولذلك قد يرفض منها الحسم والقرارات الصارمة .

وهنا يجب التأكيد على أن العلاقة الإنسانية ذات اتجاهين، وأن المشاعر تنتقل ما بين الأطراف؛ فهى إن تصرفت على خلاف طبيعتها وحاولت التنصل من كونها أنثى فإنها بذلك تزيد من الكراهية لها، لأن إنكارها

لأنوثتها ينعكس فى قسوتها فى التعامل مع الناس، بينما لو حافظت على هدوئها وقدرتها على إدارة الأمور، فإنها ستكسب مؤيدين كثيرين؛ فالمرأة تستطيع القيادة أفضل من الرجل إذا التزمت بصفاتها واستخدمتها فى جذب المحيطين بها بعيداً عن الصوت العالى، وإهانة الرجال وتوقيع الجزاءات لا لشيء إلا لإثبات أنها لا تقل عن الرجل.

☆ د. زينب شاهين أستاذة علم الاجتماع ترى أن كراهية المرؤوسين لقيادة المرأة سببها الأساسى نظرة المجتمع المتدنية لها فالرجل ينسى ما حققته من كفاح وعمل وما قابلته من صعاب؛ لتصل لمنصب يمكنها من خلاله قيادة الكثيرين من الرجال، لا يتذكر إلا مقولة « كيف تأمرنا واحدة ست ده احنا فى آخر الزمن ». هنا تكمن المشكلة فالقانون أعطى للمرأة الكثير من الحقوق التى تساويها بالرجل، وتعطيها الفرصة لقيادته إذا تفوقت عليه، لكنه لم يؤهل المجتمع لتقبل هذه القيادة؛ ومن هنا تصبح المرأة هى الشخصية المكروهة التى يجب عصيانها والتمرد عليها ؛ لتدرك أننا رجال لا يمكن كسرهم، فى حين إذا حصل رجل على المنصب الأعلى يخافون بشدة ويحذرون ويحاولون كسب وده حتى وإن كرهوه . فالمرأة القائدة مظلومة طيلة الوقت، فأولاً يتهمها المجتمع بأنها فاشلة فى بيتها، وربما كان زوجها على علاقة بأخرى، وربما كان أبناؤها ضائعين وتظل هذه التهم ملتصقة بها حتى وإن لم يعرف أحد عن حياتها الخاصة شيئاً كأنها هى الطريقة المثلى للتقليل من شأن ما وصلت إليه، بينما تكون عادة شخصية ناجحة داخل وخارج بيتها. ثانياً إذا ما كافأت شخصا ملتزما فإنهم يتهمونه بالجاسوسية لصالحها أو بأن

هناك علاقة ما تربطها به. فهى دائما متهمة ملتصق بها العديد من الشائعات من قبل النفوس الضعيفة التى فشلت فى تحقيق مكانة مهنية فيبدؤون فى إسقاط فشلهم عليها.. لذلك فإن المرأة عندما تقود تقابلها مشكلات أكثر مما قابلتها حتى الوصول للمنصب، وهنا عليها أن تتعامل كما كانت طيلة حياتها بنفس الجهد والكفاءة والالتزام والصرامة، وبمرور الوقت ستثبت كفاءتها وجدارتها بالمكان حتى وإن لم تكسب حب المرؤوسين.

فالقاعدة تؤكد أن الشخص لا يحظى بحب الجميع؛ لذلك يجب ألا تشغل نفسها بهذا الأمر كما ألا تتمادى فى محاولة تأكيد وجودها بكثرة الجزاءات والعقاب؛ لأن ذلك ينتقص من مهاراتها القيادية. فلا يجب أن تعامل الناس بما يعتقدون فيها ولكن بما تحب أن يعتقدوه عنها.

إصرار وعمل دءوب

لقد استمتعت بكل خطوة مشيتها فى حياتى العملية، لأننى درست ما أعمل فيه وعملى أعشقه ولذلك وفقنى اللهفى حياتى المهنية والأسرية لأننى كفاحت وبشدة لأحقق التوازن بين عملى فى وزارة البترول ومسئوليتى كزوجة وأم.

وبدأت فى مجال التخطيط والمشروعات، واكتسبت الكثير من الخبرات على أيدى زملاء أفاضل لم يكرهوا تواجدى كامرأة، بل شعروا

بحماس فدعموني، وتدرجت بالعمل الوظيفي في الشئون الفنية والهندسية حتى أصبحت وكيل وزارة ثم نائباً للهيئة المصرية العامة للبترول، إلى أن أصبحت أول سيدة ترأس شركة قابضة للبتروكيماويات ثم تم ختياري من قبل السيد الرئيس كعضو مجلس شعب ثم ترشيحي للبرلمان العربي. وكل المناصب القيادية التي شرفت بها علمتني أن الإصرار والعمل قادران على تحقيق كل الأحلام خاصة مع وجود قيادة متفهمة داعمة للمرأة.

بعد فوزك بالمنصب
خسرت إيه وكسبت إيه؟!

هي كمدير عام.. قد يرفضها البعض، أو يكرهها البعض الآخر.. القليل فقط يحاول كسب ودها.. قد تخسر بيتها وحياتها الشخصية بسبب منصبها وقد تخسر نفسها؛ لأنها تلجأ إلى الحزم والربط في القيادة، مما يفقدها بعض أنوثتها.

وكان السؤال لبعض النساء اللاتي يشغلن مناصب قيادية؛ لنعرف ماذا كسبن وماذا خسرن من المنصب؟!

في البداية تحدثت وبصراحة د. بشرى الحسيني رئيسة شعبة الصيدليات بهيئة الرقابة الدوائية قائلة: قيادة المرأة تختلف عن قيادة الرجل، لأنها عندما تتولى منصبًا قياديًا فهذا يعني المزيد من الأعباء بالإضافة لمسئوليتها الأسرية، ولذلك فإنها قد تخسر إذا أعطت عملها كل الوقت، ونسيت بيتها، فالمنصب يجعل الشخص يخسر أصدقاءه وأحباءه إذا لم يحسن التعامل مع الوضع الجديد.

تتفق معها د. ماجى الحلوانى عميدة كلية الإعلام:

قائلة: عندما تتولى المرأة منصباً قيادياً يصبح لزاماً عليها ومنذ الوهلة الأولى إقناع الآخرين بجدارتها بالقيادة، وهنا قد تخسر ود البعض لكنها تكسب احترام الجميع عندما تظهر مهارتها فى التعامل مع الموقف بحزم، أما الخسارة فلم أشعر بها، لأن المرحلة العمرية التى جاءنى فيها المنصب تميزت بتوفر وقت أكثر مما مضى، وأنا بطبعى أعطى أسرتى المكانة الأولى فى حياتى لذلك لم يكلفنى المنصب أيه خسارة.

صاحبة.. رأس مال!

تختلف مع ما سبق السيدة هدى صاحبة شركة تصنيع ألمونيوم حيث ترى أن المرأة عندما تتولى القيادة فى نشاط خاص يصبح عليها اتخاذ العديد من القرارات المصيرية التى قد تغضب الآخرين، لكنها مضطرة لذلك؛ لأنها تدير مشروعاً رأسماليا «وليس مؤسسة اجتماعية». فالقيادة تجعل المرأة تتحلى بصفات الرجل حتى تستطيع التعامل مع المحيطين بها وتجبرهم على الالتزام.

القيادة إزعاج!

د. نجوى راضى رئيسة فرقة بحثية بمركز البحوث الزراعية ببهيتم ترى أن المكسب الأساسى الذى تشعر به المرأة عندما تتولى منصباً أنها تستطيع أن تغير وتطور العمل كما كانت تحلم عندما كانت مرءوسة لكنها فى الوقت نفسه تخسر بعض الزملاء والأصدقاء الذين يرفضون رئاستها بعد أن كانت واحدة منهم. أما بالنسبة للبيت فالأمر يختلف

وبالنسبة لى أولادى وبيتى هما الأهم؛ ولذلك لا أكون رئيسة فى البيت لكننى أكون أماً تخاف على مصالح أولادها، وألا تكون القيادة مصدر إزعاج إذا جعلتنى أخسر بيتى.

السيدة سعاد رشاد رئيسة نادى السلاح المصرى ترى أن القيادة لها مواصفات، والمديرة الناجحة هى التى تكتسب حب واحترام وخوف المرؤوسين، وخلال فترة عملها فى جهاز الشباب والرياضة استطاعت تحقيق ذلك، وخلال عملها فى رئاسة نادى السلاح المصرى حرصت على أن يحبها الجميع، فينفذوا أوامرها لكن هذا لا يمنع خسارتها للبعض ممن يرفضون أن تدير المرأة حتى لو كانت تمتلك «كاريزما» القيادة الناجحة، أما بالنسبة للبيت والحياة الشخصية فلم تشكل لها القيادة فى أى مرحلة من حياتها أية مشكلة بخصوصهما؛ لأن زوجها وثقته فى نفسه وكونه مستشارا يشجعها على العمل، بل وتعلمت منه أهم مهارات القيادة، وتؤكد أن المرأة إذا دخلت بيتها على أنها «الست المديرة» فهى قيادية فاشلة.

د. تهانى يوسف أول عميدة لهندسة المطرية ترى أنه من الصعب تقييم المكاسب والخسائر التى تحدث فى حياة المرأة عندما تتولى منصبا قياديا وترى أن المرحلة العمرية للمرأة تلعب دوراً فيما يعكسه المنصب من آثار على حياتها الخاصة.

وعندما تأتيها المسؤولية بعد تربية الأبناء واستقلالهم بحياتهم، فإن ذلك يعطيها فرصة للإجادة والتفرغ، بعكس ما إذا جاءتها وأطفالها صغار وعن تجربتى قمت بأجازة لمدة ٨ سنوات لأربى أولادى ثم عدت لعملى لأربى أولاد الآخرين!!.

الانتقام

▪ رأست زوجى فانفصلنا بعد عامين، وتزوج فتاة فى عمر ابنتنا تعمل فى نفس الهيئة » كانت هذه وباختصار تجربة سيدة قيادية رفضت ذكر اسمها وهى رئيسة قطاع بإحدى الهيئات ▪ وعن تفاصيل التجربة قالت : عندما عاد زوجى من العمل فى الخارج رفض تقبل فكرة أن أكون رئيسة للقطاع الذى يعمل فيه، وبدأ يتعمد إهانتى أمام زملائى وتمادى فى الأمر حتى وصلنا للانفصال، ثم تزوج موظفة جديدة صغيرة ليحرجنى أمام زملائى وبالفعل أصبح هو الثغرة الوحيدة فى سجلى المحترم فى الهيئة ، وحول مكاسبى التى نجحت فى تحقيقها عبر سنوات من الكفاح فى البيت والعمل إلى خسارة.

إعلامية مخضرمة

نشأت فى أسرة مصرية صعيدية، وبعد زواجى بفترة اضطررت للعمل فأسست أول وكالة إعلان مصرية خاصة عام ١٩٦٢، وقمت بتأسيس أول شركات للعلاقات العامة والأبحاث التسويقية فى مصر عام ١٩٨٥.

ودائما كنت حريصة على التعلم والاستمرار لأطور نفسى، وأنا فخورة بأننى مارست العلاقات العامة على مدار ٤٠ عاماً.

فقد حصلت على جائزة من الغرف التجارية الأمريكية لإنجازاتى عام ٢٠٠٤، وتم اختيارى واحدة من أفضل ٥٠ سيدة أعمال فى العالم، ثم حصلت على شهادة التميز من المنظمة ووسام الاستحقاق من الجمعية الدولية للإعلان، وأخيراً توج كفاحى وعملى بانتخابى رئيساً لمنظمة العلاقات العامة الدولية.

إيه الحل:
فى البيت مراتى . وفى العمل رئيستى؟!

خبر انتحار موظف بإحدى الوزارات بسبب تجاوزه فى حركة الترقيات بالعمل، وترقية زوجته التى تعمل معه بذات الإدارة، لم يحتمل الرجل هذا الخبر الصدمة، ولم يتخيل نفسه يعمل تحت قيادة زوجته.. وفى لحظة فارقة قرر الانتحار، وقام بإلقاء نفسه من أعلى مبنى الوزارة. إلى هذا الحد هانت عليه نفسه.. ! إلى هذا الحد نسى كل ما هو جميل ولم يفكر إلا فى شىء واحد.. وهو أنه لا يقبل العمل تحت قيادة زوجته!!

قيادة فى العمل.. وقيادة فى البيت .. رئيسة هنا ورئيسة هناك، فما هو الحال لو كانت الرئيسة واحدة فى الحالتين مديرة فى العمل وزوجة فى البيت .. كيف يتحمل الرجل كل هذا الضغط؟!سؤال فرض نفسه وبقوة وتداوله الرجال فيما بينهم بعد نشر الخبر عن انتحاره.

مسألة مبدأ

تحقيق نشرته مجلة حواء

نجلاء أبوزيد - أمل مبروك - نبيلة حافظ

أى مبدأ هذا الذى يتحدث عنه ويقصده المحاسب عادل عبد الرحمن المدير بأحد البنوك القومية .. ! أنه مبدأ لا عمل تحت قيادة الزوجة على الإطلاق .. !

لماذا .. ؟ لأسباب كثيرة يتحدث عنها قائلاً:

منذ خمسة عشر عاماً عندما التقيت بزوجتى فى البنك الذى أعمل فيه .. وعندما شعرت تجاهها بحب جارف يستحيل الاستغناء عنه حدثتها عما بداخلى من مشاعر ومخاوف، وكان لابد لى أن أضع النقاط فوق الحروف وأن أزيح مخاوفى بعيداً عن طريق سعادتى .. فكان شرطى عليها لكى نكمل مشروع الزواج أن تحصل مؤقتاً على إجازة بدون أجر لتتفرغ لى وللأبناء مستقبلاً .. وبعدها ننظر فى أمر عودتها للعمل .. وإذا حدثت ورجعت لا تعود لذات الإدارة حتى أضمن حياة هادئة ومستقرة .. ولقد وافقت زميلتى وقتها على هذه الشروط؛ لأنها وجدت فِىَّ الإنسان المناسب لها والذى تحلم به .. وتزوجنا .. وتركت العمل لمدة خمس سنوات .. وفى هذه الفترة كان من الطبيعى أن أضمن حين تعود مرة ثانية أنها لن تتفوق على وتترقى لتصبح ذات يوم معى فى ذات الإدارة وفقاً لما اتفقنا عليه من قبل .. والآن الحياة تسير بنا بشكل طبيعى ومستقر.

الثقة بالنفس

المهندس «أحمد» يعمل بالمحليات فى أحد الأحياء بمحافظة القاهرة وزوجته تعمل معه وهى رئيسته بالإدارة التى يعمل فيها .. عندما سألته عن الأسباب والمبررات التى جعلته يقبل أن يعمل مع زوجته فى إدارة واحدة وأن تصبح هى رئيسته بالعمل فأجاب:

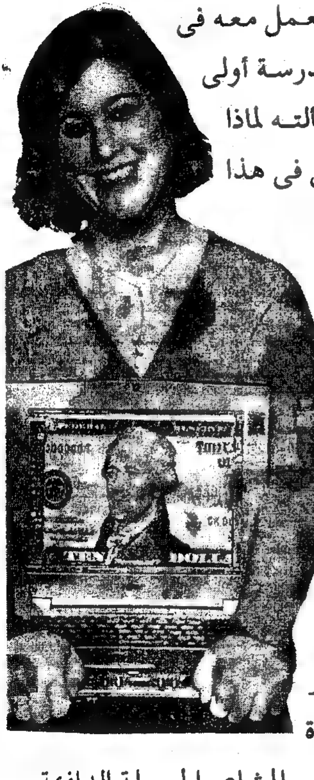
بالعقل والمنطق لماذا أرفض ذلك؟.. فكوننا زوجين لا يعنى ذلك أن نخلط بين العلاقة الزوجية وبين العمل .. وكون زوجتى قد حصلت على ترقية وأصبحت رئيستى بالعمل، هذا لا يقلل من قيمتى أو من شأنى أو يجرح من كرامتى، أو يقول: إننى أقل كفاءة منها وكانت الحياة تسير بنا بشكل درجة واحدة . ولكن عندما جاءت فرصة عمل بالخارج تركتها.

بمصر مع الأولاد وذهبت إلى الخليج من أجل تأمين مستقبل الأولاد.. لذلك فضلت أن أحصل على أجازة من العمل كى أعود إليه فى الوقت المناسب، وكان طبيعيًا خلال فترة غربتى فى الخارج أن تترقى زوجتى وتحتل مكانها فى العمل .. وعندما أنهيت عملى بالخارج وعدت إلى مصر وإلى مكان عملى وجدتها مديرة الإدارة التى أعمل فيها، وكان على قبول هذا الوضع لعدة أسباب..

أهمها أننى أثق فى قدراتى كما قلت .. ولا أريد أن أضحى بعملى من أجل معتقدات وأفكار بالية..

خبرتها أكبر منى

اعـتـراف جـرىء أقـر بـه الأسـتـاذ مـحـمـود مـدرس بإحـدى المدارس الإعدادية عندما تحدث عن زوجته التى تعمل معه فى نفس المدرسة، وتدرس نفس المادة وهى مدرسة أولى أى إنها ترأسه فى العمل .. وعندما سألته لماذا تعترف بأن خبرتها أكبر من خبرتك أليس فى هذا امتهان لكرامتك ؟ أجاب :



لا طبعا .. كرامتى محفوظة والحمد لله .. ولكن لابد من إيضاح الحقيقة وراء كلامى هذا .. فأنا لا أقوله « عبثاً » .. بل بحكم أنها أكبر منى سناً .. هذه هى الحقيقة التى يعلمها الجميع بالمدرسة وحتى خارجها من الأهل والأصدقاء .. لقد تزوجتها وعندما رفضت فى البداية الزواج منى لهذا السبب، قلت لها : إن الحب يذيب كل الفروق، وأن بمقدور الإنسان أن يحافظ على الحب مدى الحياة إذا ما أخلص النية، وحاول رعاية هذا الحب بالمشاعر الجميلة الدافئة .. وعندما صارحتنى زوجتى بمخاوفها من أن فارق السن قد يجعلها فى مكانة أعلى منى وظيفياً ،وأن هذا الوضع قد يخلق مشاكل مستقبلاً .. قلت لها : إننى رجل ناضج، وأحيا بعقلية متفتحة، ولا أقف أمام الأفكار

القديمة التى عفا عليها الزمان .. وإننى قادر على احتواء أى مشكلة فى القادم من الأيام.

ولكن الحمد لله.. لم تقع هذه المشاكل .. ومرت الحياة بنا هادئة سعيدة .. ولم تعكر صفو حياتنا هذه الفوارق الواهية سواء فارق المستوى الوظيفى.. أو فارق العمر.

ومنح مرفوض

المهندس « سعيد » مهندس برمجيات، واحد من هؤلاء الذين ينظرون للمرأة بهذه النظرة القاصرة الظالمة .. عندما سألته عن دوافعه وراء هذا الاعتقاد قال :

إنها طبيعة خلقت عليها المرأة .. وبالتالى هى حقيقة مؤكدة لا جدال فيها - المرأة خلقت للبيت ولخدمة الرجل ولرعاية البيت والأولاد، وعندما تتعلم وتعمل وتتزوج يكون وقتها موزعاً بين كل هؤلاء وبذلك تصبح المرأة نصف زوجة .. نصف أم .. نصف عاملة أى أنها لا تؤدى دورها فى أى اتجاه كما ينبغى وبالشكل الكامل لها .. تظلم نفسها، وتظلم أسرتها وتظلم الجهة التى تعمل فيها.. لذلك من الطبيعى ألا تتفوق فى مجال عملها ولا تسبق زوجها الذى معها فى ذات المكان.. فكيف يأتى التفوق وسط كل هذه المشاغل التى تحاصرها من كل مكان؟

إن المرأة من وجهة نظرى مظلومة، ومهضوم حقها، ولذلك أتمنى أن ننصفها ولا ندفعها إلى العمل لكى تتمكن من أداء دورها داخل البيت كما ينبغى، وحتى لا تتأثر مصلحة الأسرة بالسلب وتصبح مثل التى رقصت على السلم!!

أدرك أن البعض قد يتهمنى بالرجعية والتخلف .. ولكن هذه هى قناعتى التى لا أحيد عنها.. وسياستى التى لا أحيد عنها.. وسياستى التى انتهجتها عندما اخترت شريكة حياتي.. لقد فضلتها « ست بيت » .. لا تعمل لكى تحقق لى السعادة التى أحلم بها.

لا رئيسة ولا زميلة

وجهة نظر أخرى تتفق مع وجهات نظر الرافضين لقضية تولى المرأة القيادة فى العمل وأن يكون زوجها تحت قيادتها.. ولكن وجهة النظر هذه الآتية من المحاسب نبيل الجندى لم تتوقف عند هذا فقط.. بل انسحبت إلى نقطة أخرى وهى زواج الرجل بزميلة له فى العمل .. فهو كما يرى أن الفكرة مقضى عليها من الأساس؛ لأنه مرفوض تماماً زواج الرجل من زميلة له ... لأن زواج العمل كله مشاكل ... وتصبح الحياة كئيبة؛ لأن العمل ينتقل إلى البيت رغمًا عنهما.

لذلك أنا أرى من الأفضل للرجل عندما يفكر فى شريكة حياته ألا ينظر لزميلات العمل على الإطلاق .. وذلك من أجل بناء حياة زوجية مستقرة وسعيدة..

ومن أجل تحقيق جو أسرى خال من المشاكل التى تنتج عن العمل المشترك، وأنا عندما فكرت فى الزواج طبقت مبدئى هذا واخترت شريكة حياتى فى مجال آخر مختلف تمامًا... وهو مجال الطب فهى طبيبة.. وأنا أعمل محاسبًا .. وعندما نعود بعد عناء يوم عمل طويل نجد أحاديث بيننا مختلفة تجعلنا فى حالة اشتياق دائماً لأن يسمع كل منا الآخر.

ونترك آراء المتفقين والمختلفين ونتوقف أمام رأى الطب النفسى حول هذه القضية .. د. منال القاضى تتناول موضوع تفوق الزوجة مهنياً على زوجها قائلة:

هناك مسلمات ثقافية تحدد دور وسمات كل من الرجل والمرأة ومن بين هذه المسلمات القدرات العقلية والترقى فى العمل .. فمن المسلم به أن الرجل الذكى أقدر على التفوق المهنى، وهناك العديد من الآراء التى تجعل هذا التميز راجعاً منذ البداية للچينات والهرمونات التى تحدد نصيب كل من الجنسين من الذكاء.

فالذكاء اللغوى من نصيب المرأة، والذكاء العلمى والرياضى من نصيب الرجل، فإذا ما انخفض مستوى الأولاد الدراسى فى العلوم والرياضيات صار ذلك أمراً مقلقًا، أما إذا حدث بالنسبة للأنثى فهو طبيعى ولا يستدعى العلاج؛ لأنه فعل الهرمونات والچينات، ولهذا يجب أن نغير مفاهيمنا حيال قدرات المرأة والرجل العقلية، ونعدل بالتالى أساليب التنشئة لكل من الولد والبنت، أما بالنسبة للعلاقة بين الزوجين يجب أن تكون مودة ورحمة وسكناً، وأن يلبى كل طرف احتياجات الطرف اللآخر. وفى رأيى أن الزواج الناجح هو الذى يتقارب فيه المستوى الفكرى للزوجين، وكلما ارتفع المستوى الفكرى كان الزوج أكثر تسامحاً حيال نجاح زوجته المهنى، وكانت الزوجة أكثر قدرة على التعامل مع إحباطات زوجها.

تعاون وزمالة

تدرجت فى المناصب المختلفة بعد دراسة القانون حتى وصلت لمنصب رئيس نيابة إدارية، وتم انتدابى للعمل بوزارة العدل كأول سيدة فى إدارة التشريع بالوزارة، وكنت متعاونة جداً مع زملائى، ولم أحاول أن أشعرهم بأننى رئيس وأنهم مرؤوسون؛ لأن التعاون والزمالة أفضل الطرق لإنجاز أى عمل. مارست السياسة، وحرصت على أن يكون لى كنائبة قانونية بمجلس دور كبير فى الكثير من الاستجوابات للتأكيد على أن المرأة قادرة على أن تكون لها بصمة فى أى موضع يتم اختيارها فيه، ولهذا أظهرت الإحصاءات أدائى المتميز.

جورجيت قلينى .. عاشقة العدالة

نشأت فى طنطا، وتربيت وسط عائلة متحابة جداً، وحلمت بممارسة المحاماة منذ دخولى الثانوية، وتمنيت أن أقضى عمرى كله مرتدية روب المحاماة.

فى بداية حياتى بذلت مجهوداً كبيراً؛ لأن الثقة فى المرأة المحامية ليس بالأمر السهل، ورغم خوف بعض الموكلين استطعت إثبات نفسى ثم أصبحت أول امرأة تنتخب عضواً فى مجلس نقابة المحامين المصرية، وأول محامية تصبح عضوا فى المكتب الدائم لاتحاد المحامين العرب.. أنا عاشقة للعدالة فى كل مواقعها.

مراتى نائبها بالدولار

هل تذكرون الفيلم الشهير «مراتى مدير عام» الذى قام ببطولته

الفنان صلاح ذو الفقار والمطربة الفنانة شادية؟

آه.. معذرة .. تغلبت على أنا الآخر شرقيتي وذكرت اسم البطل « الرجل » قبل البطلة « الست » على عكس ما جاء بأفيش الفيلم.....

حسناً .. لا بأس .. دعونا نستكمل الحكاية. الفيلم كان يناقش ببساطة وفي إطار كوميدى « لايت » نظرة المجتمع الشرقي للمرأة -الزوجة - إذا ما تمكنت بتفوقها وكفاءتها ، أن تصل إلى مرتبة المدير العام أو رئيس العمل.

ثم رأت الحبكة الدرامية أن تجعل من زوجها موظفًا لديها، يعمل تحت إمرتها، فهل يتقبل الزوج الشرقي ذلك ببساطة، وماذا عن نظرة المجتمع والزملاء... ؟

ويبدو أن هذه الإشكالية ما زالت تطارد الرجل الشرقي وتعشش في عقله حتى اليوم، لذلك ظل السؤال قائماً.. والنهاية « مفتوحة » بلغة أهل السينما من دون حسم .. وأنت مدعو للمشاركة برأيك بعد أن تقرأ هذه السطور.

شادى سعيد .. موظف بإحدى المصالح الحكومية يقول: أنا لست ضد عمل المرأة، ولا أرى أى غضاضة فى أن تتبوأ منصبا أو مركزاً حكوميًا أو غير حكومى، ما دامت قد حصلت عليه بكفاءتها وبمؤهلاتها العلمية، كما أننى لست ضد أن تقود عملاً يعمل معها فيه رجال، فلم تعد المرأة هى ذلك المخلوق الضعيف، الذى يعجز عن السيطرة على مرءوسيه ، ولا هى عاجزة عن اتخاذ القرارات المناسبة، فكل ذلك أحكام تخطاها الرجل الشرقى، ولكنى أعلنها بصراحة أننى

ضد أن تترأسنى زوجتى فى عمل واحد، وذلك لأسباب عديدة، أهمها سأكون غير قادر على مواجهتها سواء إن أخطأت أنا أو أخطأت هى، فأنا لا يمكن أن أنسى أن هناك مودة تجمعنى بها، ثم إنها إذا عاقبتنى لسبب أو لآخر، فإننى لا أضمن أن أنسى لها ذلك داخل المنزل.

أما عمرو الجمل... وهو شاب لم يتزوج بعد فيقول:

الأصل فى الرجل هو أن يكون متفوقاً مادياً على الزوجة؛ لأنه هو الذى سيقوم بالإنفاق على الأسرة، أما أن أتزوج فتاة أو سيدة تتقاضى أجرها بالدولار وتنفق على المنزل، وتكون فى وضع متفوق علىّ كزوج، فهذا سيشعرنى بالنقص، بينما سيجعلها هى - أى الزوجة - تشعر بتفوقها، وأنها هى التى تقود سفينة الأسرة، وبالتالى لن أستطيع كزوج تحمل مسؤولياتى كرجل، كما أنه لن تكون لقراراتى أية قيمة، وسأتحول أنا نفسى لشىء لا قيمة له، وبالتالى لن يتحقق لى مبدأ القوامة.

أما دعاء أحمد، فترى أن كثيراً من الرجال لا يزالون ينظرون إلى المرأة تلك النظرة المتدنية، وأنهم يرضون لأنفسهم، ما لا يقبلونه للنساء حتى لو كن زوجاتهم، ولذلك فهى تطالب الرجل بأن يتخلى عن غروره ويقبل أن يضع يده فى يد زوجته: لبناء أسرة قوية متماسكة.

وهنا يقول الدكتور ممتاز عبد الوهاب أستاذ الطب النفسى بجامعة القاهرة.

اعتاد المجتمع أن يكون الرجل هو الأكثر شهرة والأكثر ترقيًا فى العمل، أما الزوجة فغالباً ما تأتى فى الدرجة التالية، فهى أقل منه كفاءة، وأقل قدراً منه فى العمل وفى المجتمع، فإذا حدث العكس وكانت الزوجة أكثر نجاحًا من الزوج، من الناحية العملية أو أكثر منه شهرة فى المجتمع،

فلا شك أن هذا الوضع يسبب مشكلة كبيرة للأسرة، ورد فعل الزوج يكون واحداً من اثنين؛ إما أن يكون شخصية مستكينة ويخضع للظروف، ويرضى بالأمر الواقع، وينسحب نفسياً من الأسرة، ويرضى بجبروت الزوجة وسيطرتها، خاصة إذا تقمصت دور المديرة أو الرئيسة فى المنزل أيضاً!

ويضيف د. ممتاز عَبد الوهاب : وقد تكون المرأة هى الأقوى ، إما لأن شخصيتها قوية فتكون إنسانة جذابة حلوة الحديث، وشخصية مسيطرة تفرض وجودها على الآخرين، أو تكون مسيطرة باعتبارها الأقوى مادياً - أى الأغنى - فتقوم بأعباء الأسرة نيابة عن زوجها أو أكثر منه.

وأحيانا يكون وضعها الوظيفى أو الاجتماعى هو السبب فى سيطرتها وقوة شخصيتها.

فماذا لو رضى الزوج بأن يكون شخصية تابعة وترك زمام الأمور للزوجة؟

يقول د. عبد الوهاب : هنا يكون وضع الأسرة نفسياً غير مستقر، بسبب حدوث انقلاب فى المواقف، مما يؤثر نفسياً على الأطفال الذين يجب أن يتشؤوا، ليجدوا أن الأب هو المسيطر والمهيمن على الأسرة، فيما يجدون أن الأم هى مصدر الحنان والطمأنينة والعطف، فإذا انقلب الحال اضطربت الأمور، لتظهر آثار جانبية سيئة على نفسية الأطفال.

وماذا لو رفض الزوج سيطرة زوجته على أمور الأسرة؟

إذا حدث هذا، فإما أن يحدث بطريقة مباشرة عن طريق رفضه ذهابها للعمل، ومحاولة تعطيلها بأى طريقة ، ومهاجمتها باستمرار فى مجال تميزها ومحاولة هدمها وتحطيمها معنوياً بكل الطرق المتاحة حتى

لا يسمح لها بالتفوق عليه.

أو أن يظهر رفضه بطريقة غير مباشرة، مثل التهكم عليها، أو السخرية منها أمام الناس أو بينهما، وعن طريق إظهار الغضب والتذمر من أى سلوك قد يصدر منها، فهو دائم الشكوى من عدم قيامها بأعباء المنزل، ويعبر عن غضبه بالصوت العالى فى مواجهة أى تصرف بسيط يصدر من الزوجة « المدير أو الرئيسة »!

ما مبعث هذا الغضب؟

الزوج هنا غاضب ومتوتر من وضع آخر لا يستطيع التعبير عنه مباشرة، فهو ينتهز أى فرصة: لينفس عن غضبه تجاه الزوجة المتفوقة وظيفياً.

ولا شك أن كثيراً من رد فعل الزوج، وطريقته فى تقبل الوضع الموجود يعود فى جزء كبير إلى شخصية الرجل نفسه، فإذا كان ذا شخصية قوية ومعتداً بنفسه وواثقاً من نفسه، ومن قدراته الذهنية والشخصية؛ فذلك لأنه يستطيع تقبل هذا الوضع بلا حساسية، باعتباره يعلم أن تفوق المرأة أو تقدمها فى العمل لا يعطيها حق التميز داخل الأسرة، فهذا مجال وذاك مجال آخر، كما أن سلوك الزوجة نفسها يساعد على تقبل هذا الأمر، فهى دائمة المديح لزوجها، وأمام الأولاد فلابد من الإشادة بآرائه، والتذكير بأن صبره ومؤازرته لها هو سبب أى تقدم حققته على مستوى العمل.

كذلك لابد من إظهار الاحترام له ، والتعبير عن حبها، وتقديرها له فى كل مناسبة، وهى لا تقاطعه أثناء الحديث، ولا تبدى آراء مخالفة لآرائه، ولا تحاول التقليل من شأنه، فهذا كله ييسير الأمور للزوجة

ويرضى غرور الزوج، أما إذا خلطت الزوجة بين المنزل والعمل وتصورت أن تفوقها فى العمل يجعلها الأقوى فى المنزل، فهى بذلك بدأت أول معاول الهدم لأسرتها .

والنصيحة التى يقدمها د. عبد الوهاب هى.. أنه لابد أن تقوم الأسرة باعتبارها شركة بين اثنين ، أو أكثر إذا انضم لها الأبناء، ولكل فرد فى هذه الشركة حقوق وعليه واجبات، وأن العمل هو وسيلة لكسب الرزق ولا تعطى أفضلية فى المنزل.

هناك حالة لشاب فى الثلاثين من عمره متزوج من فتاة مقاربة له فى السن، ولكنها فى وضع وظيفى أفضل، حيث تحصل على راتب بالدولار وهو مبلغ كبير.. هذا الشاب دائم الشجار معها وكثيرا ما يترك لها منزل الزوجية؟

يقول د. ممتاز : أتوقع أن هذا الزوج يحب زوجته، ولا يرغب فى الانفصال عنها، ولكنه قد يلاحظ فى تصرفاتها نبرة التعالى نتيجة تميزها الوظيفى، فأصبح حساساً بدرجة كبيرة لكلامها وتصرفاتها، وهو يتوهم بأنها تغيظه أو تحاول أن تشعره بأنها تنفق على المنزل، فيكون رد فعله هو التوتر والتجهم، وبسبب ذلك بدأت بينهما المشاكل وكثرة الشجار، وهو يهرب من المنزل الذى لا يجد فيه الأمان، ولا تتحقق فيه له كامل سيادته على الأسرة، وهو يحتاج قطعاً إلى العلاج النفسى.

المصلحة غالبة

يعد علم الإدارة من العلوم المعقدة التى تحتاج إلى كثير من الصبر فى التعامل مع المرؤوسين؛ لأن التركيبة الشخصية لهم تؤثر على طبيعة

علاقتهم ببعضهم البعض من ناحية.. وعلى ردود أفعالهم تجاه ما يوجه إليهم من تعليمات أو انتقادات حول أعمالهم من ناحية أخرى، والمدير الناجح هو الذى يحاول استيعاب تلك التركيبات المتنوعة والمختلفة، وهذا هو ما أحاول تنفيذه، فأنا عندما أتعامل مع المرؤوسين فى الهيئة أحترم فى المقام الأول عملهم ووجهات نظرهم، وأحاول الاستماع إليهم قدر الإمكان، لا أحب تطبيق الدكتاتورية فى موقع العمل، وإلقاء الأوامر والتعامل بقسوة وخشونة؛ لأننا إذا اتفقنا منذ البداية على أن صالح العمل يقع فى المرتبة الأولى من أولوياتنا، وإذا اتفقنا على تنحية مصالحنا الشخصية فلا شك أن نسبة التفاهم بينى وبينهم ستكون مرتفعة وستقل نسبة الخلاف والصدام إلى أقل درجة ممكنة.

قيادة حازمة

عندما بدأت فى إنشاء المصنع كان عدد العاملين معى قليلا فكان من السهل على أن أتعامل معهم وأقنعهم بأفكارى، وكانت خبراتى السابقة بمثابة الأرض الصلبة التى أقف عليها ثابتة راسخة القدمين، اليومَ ومع اتساع نطاق أعمالى وزيادة مساحة المصنع وبالتالى زيادة عدد العاملين به أجد أحيانا من يعارضنى فى الرأى، وخاصة الشباب الذى تكون لهم أفكار مختلفة عن أفكارى، وأحاول دائما إنشاء قنوات للتواصل بيننا، لكن هذا لا يمنع أنه كثيراً ما أفشل فى إقناعهم بوجهة نظرى، ولا أجد أمامى سوى اتخاذ القرارات بدكتاتورية.

استراحة نفسية

يا أبي أكرهك وأكره كل الرجال

إلى كل نفس مهمومة ومتعبة .. تبحث عن ملجأ آمن تلقى فيه بأدق أسرارها .. إلى من يبحث عن مكان للراحة والهدوء النفسى يتوقف فيه ليتأمل ذاته ويراجع خطواته ويواجه أخطاءه.

نقدم استراحة نفسية لننفض عن النفس همومها ومتاعبها فإن كانت لديك مشكلة نفسية تحيرك أرسليها لنا.

الغوص فى النفس البشرية يحتاج إلى مهارة التأمل، والعثور على الخبايا وكشف المكنونات الدقيقة التى علقت، وترسبت بالذاكرة ولا تمحوها الأيام إطلاقاً مهما طالت.

فأنا يا سيدتى، فتاة فى السابعة عشر من عمرى ، من أسرة متوسطة مكونة من أب يعمل بالتجارة ، وأم ربة منزل، وثلاثة أشقاء ذكور .. وأنا أعتبر الثانية فى الترتيب بين هؤلاء الأشقاء .. وعلى الرغم من أننى الفتاة الوحيدة لأسرتى إلا أن هذا التفرد لم يعطنى ميزة .. ولم يجعلنى مفضلة لدى والدى وذلك، لسبب وحيد وهو أن أبى رجل قاس .. صارم .. لا يعرف اللين فى التعامل مع الآخرين .. لذلك كانت تعاملاته معنا نحن الأبناء تعاملات كلها قسوة وجفاء.. ولم تقتصر تعاملاته هذه علينا نحن فقط، بل انسحبت أيضاً على أمى المسالمة البسيطة التى لم تبخل بأى شىء فى سبيل إسعاده وإسعادنا .. فكانت تجند نفسها بكل ما لديها من صحة ووقت من أجل قضاء طلباتنا، والعمل على سعادتنا، وعلى الرغم من ذلك لم تكن تسلم من قسوته وعصبيته؛ لذلك لم يكن

غريباً أن نجد معها هذه القسوة بين الحين والآخر فى صورة صفعات ولكمات على الوجه وشد الشعر.. وكانت أمى الضعيفة تتقبل هذه المعاملة اللا إنسانية برضاء غريب ودائماً ما كنت أسمعها تردد : « كله يهون من أجل أولادى » وهكذا يا سيدتى نشأت داخل هذا الجو الأسرى المتوتر المشحون والمملوء بالآلام والأحزان .. لذلك لم يكن غريباً على أن أخرج إلى الحياة إنسانة مضطربة، قلقة، مكتئبة، نطوائية، تكره البيت ولكنها فى ذات الوقت لا تستطيع الخروج إلى الحياة، وتكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين، وكان من الطبيعى أيضاً أن أكره صنف الرجال كله والمتمثل فى صورة أبى الذى فتحت عينى عليه فى الحياة ووجدته بكل هذا السوء .. نعم أقولها بكل صراحة: إننى أكره الرجال جميعاً ..! ولا أتخيل أن يكون فى حياتى رجل فى يوم من الأيام .. أحبه وأرتبط به .. ! إن أمى تقول : ليس الرجال كلهم مثل والدى .. وهناك نوع آخر ولكن حظها العثر هو الذى أوقعها معه . والمسألة فى البداية والنهاية قسمة ونصيب .. إنها تحاول بذلك إزالة الآثار السلبية التى تركها أبى على نفسى.. وعلى الرغم من ذلك فأنا ما زلت أكرهه .. وأكره الرجال جميعاً.. فهل كراهيتى هذه طبيعية.. ؟ أم أنها ناتجة عن خلل أصاب نفسى وأحتاج إلى علاج.. ؟!

يقول أ.د سيد صبحي أستاذ الصحة النفسية
العميد السابق بكلية التربية - جامعة عين شمس

يا ابنتي .. كان الله في عونك على هذا الجو الأسرى العنيف الذى نشأت فيه .. فما أبشع أن يخرج الإنسان للحياة ويفتح عينه على مشاهد القسوة والعنف والامتهان.. إن هذه المشاهد تترسب فى ذاكرته ولا تمحوها الأيام. ولكن دعينى أحدثك بصراحة .. إن الحالة التى أنت عليها الآن السبب الأول ورائها والدتك .. تلك الأم الطيبة المسالمة التى ارتضت لنفسها أن تعامل هذه المعاملة المهينة، وأن تقبل الحياة مع رجل على هذه الصورة من البداية .. فكان عليها منذ أن رفع يده عليها ووجه إليها الصفعة الأولى أن تعترض، وتحتد، وتواجه الموقف بحزم وشدة وتثأر لكرامتها بدلاً من الاستسلام .. لأنها لو اعترضت من البداية لما تمادى والدك فى سلوكه العنيف هذا معها حتى الآن.. إن مبرر قبول الأمر الواقع من أجل الأولاد مبرر مرفوض تماماً مع سلوكيات مثل هذا الرجل .. لأن الضعف والاستكانة معه يجعله يزداد عنفاً وعدواناً.

لذلك عليك أن تستوعبى الدرس جيداً.. وأن تدركى أن الحياة بها بشر على كافة الأشكال .. فكما أن هناك رجلاً عنيفًا، هناك الرجل الطيب المتسامح، رقيق المشاعر.. المهم فقط أن تعلم كل فتاة قبل الارتباط أن الزوج يمكن تشكيل شخصيته منذ أول يوم زواج، فالأمثال الشعبية لم تخطأ حينما قالت :« زوجك على ما تعوديه » .. من هنا أنصحك، عيشى حياتك، وتخلصى من ذكريات الماضى، وعندما تختارين شريك حياتك اختاريه جيداً وانتقى الأسلوب الأمثل لك معه فى الحياة.

ولكن .. السؤال الذى طرحته صاحبة المشكلة ، هل كراهيتها للرجال هى شىء طبيعى؟ أم أنها تحتاج إلى علاج .. يقول:

كما أن الحب شعور طبيعى، فالكراهية شعور طبيعى آخر يعكس الحالة الوجدانية للإنسان، وهذه الفتاة التي نمت وتفتحت طفولتها على قسوة هذا الأب داخل البيت، من الطبيعى أن تخافه وتبتعد عنه وتشعر بالكراهية له .. فلكل فعل رد فعل .. ولكن من الواضح أن هذا الأب ليس إنساناً طبيعياً.. بل لديه مشكلة نفسية جعلته يكون على هذا العنف .. من هنا يجب أن تعرف هذه الفتاة تلك الحقيقة، وأن تدرك أن الرجال ليسوا جميعاً مثل والدها وأن بإمكانها أن تعيش حياتها، ولا تخشى الاندماج مع الآخرين حتى تجد الرجل المختلف الذى يحقق لها السعادة والاستقرار...!

الطب النفسى والأمراض الباطنة

أ.د/ أميمة صالح

علاقة الطب النفسى بالأمراض الباطنة علاقة وثيقة، فهناك أمراض عضوية تسبب أعراضاً نفسية وهناك أمراض نفسية تظهر فى هيئة أمراض عضوية، كما تؤثر الحالة النفسية فى كثير من الأحيان على المرض الباطنى سواء فى زيادة حدوثه أو حتى فى ظهوره.

فمثلا فإن المصابين بمرض السكرى كثيراً ما يذكرون أن أول ظهور الأعراض لديهم كان بعد أزمة نفسية شديدة، كما أن درجة انضباط نسبة السكر فى الدم تتأثر بالحالة النفسية للمريض أيضاً.

وارتفاع ضغط الدم أيضاً يتأثر بصورة كبيرة. بالحالة النفسية، فإن. الشد العصبى يؤدى إلى زيادة الضغط، ولذا لا يتم قياس الضغط للمريض مباشرة بمجرد دخوله إلى العيادة أو حجرة الكشف، ولكن ينصح بأن يجلس المريض فى هدوء قبل قياس ضغطه.

فمثلاً إذا قمت بقياس ضغط شخص بعد قيامه بمشاجرة مثلاً تجد ضغطه مرتفعاً.

وهناك فى بعض الحالات ما يسمى ضغط البالطو الأبيض، وفى هذه الحالات يكون ضغط الشخص مرتفعاً خاصة إذا كان فى عيادة طبيب أو فى المستشفى مثلاً، ولكن إذا تم قياس ضغط نفس الشخص فى مكان آخر عن طريق صديق مثلاً يكون ضغطه طبيعياً، وهؤلاء الأشخاص يصابون بالقلق والخوف عند ذهابهم عند الأطباء، مما يؤدى إلى زيادة

ضغطهم.

ولذلك لا يتم الاعتماد على قياس الضغط فى الزيارة الأولى للطبيب ولكن بعد عدة مرات.

وتأثير العوامل النفسية عادة يكون أكثر وضوحاً فى المرأة؛ لكونها أكثر عاطفية وتأثراً.

ومن أمثلة الأمراض التى يكون للعامل النفسى تأثيراً كبيراً فيها هو مرض القولون العصبى كما يتضح من تسميته، وهو يتميز بزيادة حساسية القولون فى هؤلاء المرضى للتأثيرات المختلفة سواء فى نوعية الطعام أو المواد المضافة إليه أو الحالة النفسية أو القلق، وتكون الأعراض عبارة عن إسهال أو إمساك أو كليهما بالتناوب بالإضافة إلى غازات وانتفاخ وآلام بالبطن تزيد أو تقل فى أوقات معينة وبخاصة بعد تناول الطعام أو القلق الشديد.

والعامل النفسى له تأثير كبير فى حدوث السمنة وأيضاً علاجها، ففى بعض الحالات يكون المريض مصاباً بالاكتئاب أو مصاباً بالسمنة ولذا فإنه يتم فى بعض الأحيان اعطاء مضادات الاكتئاب إلى مريض السمنة لعلاجه. كما أن بعض أدوية علاج السمنة الأخرى تؤدى إلى أعراض جانبية نفسية من بينها القلق والعصبية والأرق الشديد.

وفى الجانب الآخر أيضاً هناك نقص الشهية الشديد الناتج عن الحالة الحالة العصبية (أنوركسيا نرفورا) وهو يحدث فى السيدات وخاصة البنات الصغيرات أكثر من الرجال، وفيه تشعر المريضة بفقدان الشهية لتناول الطعام مما يؤدى إلى النحافة الشديدة، واضطرابات فى الدورة

الشهرية، وبالرغم من مخاوفها يكون لديها شعور خاطئ بأنها ليس نحيفة.

ومن بين الأعراض النفسية للأمراض العضوية هناك اضطرابات الغدد الصماء، وهى التى قد تحدث فى السيدات، ومن بينها زيادة إفراز الغدة الدرقية وهذا يكون مصحوبا بالعصبية الشديدة والأرق والتعرق وفقدان الوزن بالرغم من زيادة الشهية، وعلى العكس من ذلك فإن نقص إفراز الغدة الدرقية قد يكون مصحوباً بالاكتئاب وكثرة النوم وزيادة الوزن.

وبالنسبة لأمراض القلب فإن العامل النفسى يكون له دور كبير فى زيادة أعراض اضطرابات النبض، والذبحة الصدرية، وفى الجانب الآخر فإن القلق النفسى قد يكون مصحوباً بأعراض شبيهة بأمراض القلب حتى فى الشخص السليم، وهذا يحدث بصورة أكثر فى السيدات مثل آلام الصدر الشبيهة بالذبحة الصدرية وتسمى **cardiac neurosis** وفيها تصاب المريضة بألم فى الجهة اليسرى فى الصدر وهناك ما يسمى بنوبات الهلع التى تصاب فيها المريضة بزيادة ضربات القلب، والآم بالصدر وعرق شديد فما يوحى بأنها مصابة بأزمة قلبية كاذبة.

وتصاب المرأة كثيراً بالصداع النصفى أو الشقيقة وهى نوبات من الصداع قد يصاحبها غثيان ودوخة، وتزداد شدة هذه النوبات مع الشد العصبى والقلق النفسى.

أدوية التخسيس تزيد دقات القلب وتؤدى إلى الاكتئاب النفسي

إذا كـان الدواء هو الحل الطبيـعى لعـلاج المرض، فـإن هناك شـروطا يحـددها الطبيب لاستـخدامـه، ومن هنا فإن تناوله دون ضـوابط أو دون حاجة حقيقية له يؤدى إلى مضاعفات أهمها الاكتئاب .

فمثلاً الإكثار من الإسبرين يؤدى إلى قرحة بالمعدة ونزيف منها، كما أنه يؤدى فى الأطفال لو أخذ بكمية كبيرة إلى تغيرات فى نسبة حموضة الدم وإلى غيبوبة، وفى الكبار إلى فشل فى عـمل الكليتين وعدم تركز فى البول، فيصاب المريض بإدرار فيه وإلى زيادة فى سيولة الدم وسرعة النزيف من الجروح.

أدوية المسهلات

يعتمد مفعولها على تهيج الغشاء المخاطى فبعد أن تؤدى إلى تليين البراز يصحبها بعد ذلك إمساك إذا لم يأخذها بصفة مستمرة كما أن بعضهاقد يؤثر على الكبد فيحدث اصفراراً فى الوجه والعينين يشبه التهاب الكبد الوبائى .

هبوط

أما الأدوية التى تستعمل فى علاج قرحة المعدة فإنها قد تؤدى إلى زيادة فى إفراز الكالسيوم بالكليتين مع الترسيب فى قنواتهما ممايسبب فشلا فى عملهما كما أن بعض هذه الأدوية يؤدى إلى الإمساك أو احتباس الصفراء كما أن له آثاراً جانبية فى المرضى كبار السن الذين يشكون من تضخم من البروستاتا، كما أنها تتعارض مع المرضى الذين يعانون من مرض الجلوكوما أى المياه الزرقاء بالعنيين فتزيد من الضغط

بهما وبالنسبة لأدوية القلب فبعضها مثل (الديجوكسين) قد يؤدى إلى هبوط القلب أو عدم انتظام دقاته.. فى حين أن الأدوية المدرة للبول قد تؤدى إلى فقد كمية كبيرة من أملاح البوتاسيوم والصوديوم مما يؤثر على عضلة القلب، أما فى حالات تليف الكبد فقد تؤدى إلى فشل شديد فى وظائف الكبد تؤدى إلى غيبوبة.

اكتئاب

ونظرة إلى الأدوية التى تستخدم فى علاج السمنة وفى علاج التخسيس تدلنا على إنها تعمل على زيادة دقات القلب، وهبوط فى القلب وتؤدى إلى (اكتئاب نفسى) أو (تهيج فى الأعصاب) وبعضها يؤدى إلى الإخلال بوظيفة الكليتين مما يتسبب عنه فشل فى أداء هذه الوظيفة وفى الجانب الآخر، فإن هناك أدوية لزيادة الوزن ولكن بعضها يؤدى إلى زيادة الشعر وخاصة فى المرأة فى أماكن الوجه والساقين والذراعين والصدر مما يؤدى إلى شعور المرأة بحالة نفسية، والشعور بأنها تفتقد الأنوثة والجمال؛ فتتوارى وعند حد معين من الحزن تقول فى ثورة أنا أعانى من الاكتئاب؛ لذلك عليك ياسيدتى أن تختارى الأدوية التى تبعد بك عن هذه الأعراض.

حتى القولون عصبى.. عجبى

عندى القولون عبارة دائما تطلقها المرأة إذا شعرت بغازات أو انتفاخ

ما هو الغليظ

المصران الغليظ هو جزء من الأمعاء الذى يبدأ عند انتهاء الأمعاء الدقيقة، وينتهى بالمستقيم، ويسمى بالجزء المسمى (بالمصران الأعور)

وهو للعلم ليس الزائدة الدودية بل هو الجزء الذى تخرج منه، والواقع أن تسمية انتهاء الزائدة الدودية بالمصران الأعور تسمية خاطئة، ووظيفة القولون هى اختراق فضلات الطعام بعد هضمها بالأمعاء الدقيقة ثم إفرازها إلى المستقيم الذى يقوم بعملية الطرد أو التبرز، والطعام يتم هضمه ويصل إلى القولون بعد ٣,٣٠ - ٤ ساعات من تناوله، ويكون فى حالة سائلة يتم اختزانه فى المصران الأعور والقولون الصاعد وجزء من القولون المستعرض حيث يمتص منه الماء ويجف بالتدريج ليصبح فى شكل البراز.

تأثير عصبى

وعند تناول طعام جديد يحدث تأثير عصبى انعكاسى فى المعدة إلى القولون الذى يتقلص بشدة فى موجات طاردة من أوله حتى آخره تنتهى بتجميع الفضلات فى الجزء الأخير من القولون فى المستقيم، وعند دخول هذه الفضلات فى المستقيم تحدث الرغبة فى الإخراج.

ويقوم الجهاز العصبى اللا إرادى بتنظيم وظائف القولون تنظيما دقيقا مرتبطا بعوامل متعددة، والعصب المسمى (بالعصب الحائر) هو أهم هذه الأعصاب وهو عصب حيوى وأساسى يقوم بتنظيم عدة وظائف منها تنظيم دقات القلب، وتنظيم إفرازات المعدة، والكبد، والبنكرياس، ولعل ذلك من أهم أسباب تنوع الاضطرابات المصاحبة لتهيج هذا العصب.

اضطرابات عصبية

يلاحظ أن غالبية إصابات القولون لا تكون عضوية بل اضطرابات

عصبية غير مباشرة، فإن ارتباط القولون الوثيق بالجهاز العصبى والعصب الحائر بالذات هو الأساس فى اضطرابات وظائفه عند التعرض لأى مؤثرات أو منغصات عصبية يتعرض لها الإنسان وخاصة المرأة لأنها تتأثر تأثرًا شديدًا بالأحداث النفسية كالصدمات العاطفية أو المنغصات التى تعانى منها فى العمل والولادة .. كل هذه الحالات النفسية تكون سبباً مباشراً لاضطرابات القولون العصبى الذى تعانى منه المرأة لأن طبيعتها الحساسة دائما تؤججها وتؤثر على كل ما تتناوله من غذاء.

وتضيف د. أميمة:

وهناك أمراض أخرى ترتبط بنفسية المرأة أهمها أمراض القلب .. فالمعروف أن الجهاز العصبى لأى شخص عرضة لأى هزات خصوصًا التى تأتيه نتيجة الإصابة ببعض الأمراض وخصوصا أمراض القلب وأن هذه الأمراض لها تأثير مباشر عليه.

القلب وجهازك العصبى

توجد بالمخ والجهاز العصبى مجموعة من الشرايين تنقل الدم من القلب إلى الجهاز العصبى وبالعكس، واستمرار انتقال الدم من القلب السليم إلى الجهاز العصبى بصفة مستمرة ومنتظمة دليل يؤكد على سلامة الأوعية الدموية.

وهناك أمراض تؤثر على الشرايين عامة وشرايين الجهاز العصبى مما يؤدى إلى عصبية خطيرة، كما أن ضعف عضلات القلب يؤثر على كمية الدم المدفوعة إلى المخ وبالتالى تحدث مضاعفات بالمخ ومن هذه الأمراض.

تصلب الشرايين

وهو مرض يصيب المرأة فى مرحلة سن اليأس وانقطاع الدورة، ومن مظاهره وجود رواسب على جدران الأوعية الدموية مما يسبب ضيقا فى مجرى الأوعية الدموية، ويقلل من كمية الدم التى تصل إلى المخ، ومنع حدوث أى طارئ مفاجئ فى الجهاز الدورى كهبوط الضغط لأى سبب ويؤدى إلى نقص الأكسجين ونقص كمية الدم التى تغذى المخ مما يترتب عليه شلل فى هذه المراكز.

وقد يؤدى إلى فقد المريض القدرة على الحركة والنطق.

تمدد شرايين المخ

يحدث هذا التمدد نتيجة لعيب خلقى فى مكونات جدران الأوعية الدموية مما يجعلها عرضة لحدث فتق فى جدار الأوعية الدموية المصابة بتصلب الشرايين أو ارتفاع ضغط الدم.

لذلك عليك ياسيدتى:

تجنبى الانفعالات العصبية، والمشاحنات الزوجية العنيفة فإنها غالبا تؤدى إلى صراخك الدائم .. الحقونى دماغى بينفجر وهذا الانفجار - يتمثل فى جلطة المخ والجلطات المختلفة للقلب.

نصيحة أخيرة

هناك علاقة وثيقة بين أمراض القلب وأمراض الجهاز العصبى وجميعها تؤدى بك إلى الاكتئاب، وعدم الرغبة فى الحياة.

الجزء (٣)

إبداع
امرأة تهذي

وقالــــت

وقالــــــت

دعنى أزف قصائدى للنهر أحلاماً
وأستريح حين تشدو الأطيار
من حولى
تستوطن النغمات في دمى
وأستجيب لرجعها الابدى
وعلى شواطئ النخيل
التى رسمتها يوماً
فوق مرايا النهر
حين كان الحلمُ يتهادى
مع غناء الموج
الهادر فى صدرى
الغصونُ تنقرُ العصافير
فتطير وتسكبُ اللآلئ فى المحار
ومحارتى لا زالت تنتظر الشاطئ
لتمنحه عقداً فريدا
وتجهر للكون
بأنها أحلى قصيدة
تشدو بها امرأة
فى الوجود
فرصة أخيرة لكى

تشفى أوجاعى
وقد صارت كاللص
حين يقتنص الحلم
فيظل مشتعلا
يغمره الضوءُ اللامع
فلا يستكين
شذى عطرى بأوصالى
وتاريخ ميلادى
محفور بنهر بلا ملامح
حين قلت : إننى
كالضوء أسبحُ فى دمك
فهل كان هذا
ادعاء؟
طحلبة تائهة
بين زهور النرجس
والخشخاش
تتهيأ كي تبعث
ترتدى أقنعةً حمقى
تطفئ المصابيح
تعلق صورتها وتعلن
سأصيرُ ترابا فانثرونى

تشفى أوجاعى
وقد صارت كاللص
حين يقتنص الحلم
فيظل مشتعلا
يغمره الضوءُ اللامع
فلا يستكين
شذى عطرى بأوصالى
وتاريخ ميلادى
محفور بنهر بلا ملامح
حين قلت : إننى
كالضوء أسبحُ فى دمك
فهل كان هذا
ادعاء؟
طحلبة تائهة
بين زهور النرجس
والخشخاش
تتهيأ كى تبعث
ترتدى أقنعةً حمقى
تطفئ المصابيح
تعلق صورتها وتعلن
سأصيرُ ترابا فانثرونى

سنابلي تزداد
اختناقا واصفراراً
وأطفالي
لا ينتظرون الآتي
يصوبون العيون نحوى
كسهام تنفذ في جسدى
أتهاوى .. أتناثر
حبات من وهج متجلط
حين حاصرته الشمس
أصبح خيطا منسوجاً
من أحلام البسطاء

سأمنحك .. امرأة غيرى

سأمنحك ـ امرأة غيرى

كنت رؤية
عشت فى عينيك دهراً
وكان النسيان محالا
خبأتنى داخل عباءتك الثقيلة
ليالٍ طوال
فترنحت نشوى
يداعبنى طيف خيال
رجل أنت
تحملُ ندوب الجراح القديمة
بدوى .. بدائى
أما أنا من مدن الشمال
فراشة من نار
ترقص فوق الجليد
أجيد لغات الحب
أمنحها لمن أريد
أحمل بين ذراعى
كل جديد
أما أنت لا تعرف
سوى لغة الهمجية
فهات المزيد

دعنا نتحدث

بكل اللغات الحية

دع عباءة البداوة

ترتطم بقميص الشمال

فاخلع أثوابك الخرافية

وامزج الحقيقة بالخيال

ظلام ونور ونار

فهذى مملكتى

امرح فيها وعد كما تشاء

ألف سنة للوراء خلف المشربية

لازلت جاريتك

أعانى أنين الانتظار

أمانى أنت وعشق

غناء ودفء ونار

أنا أفروديت وكيوبيد

وأنت الربيع والأشعار

حملت إليك الزهور

رمزاً للبكارة والنقاء

فاحملنى فى مراكب الشمس

أتهادى روعة وبهاء

فأنا أبداً

ما كنت خطيئة

أستحق عليها النفى

للفضاء

لكننى أنثى

أعشق الخيال . . .

وجنونى بك

أهيم به كل مساء

المرأة والفراق

المرأة والفراق

لا .. لا تراجع عن قرارك

وانظر يمينك .. وانظر شمالك

بعدها فكر وتراجع عن قرارك

لن نهجر العش الجميل أبداً

ووليدنا لا زال يحبو

نرجوه أملاً

وأنا وأنت خلف الستارة

كنا نرقبه سراً

وفى قلبك سرى الدفين

وبين يدى أسرارك

لا .. لا تراجع عن قرارك

والحب لا زال فينا

والشوق

يملأنا صبحاً وليلاً

أرجوك .. معذرة وعفواً

هل سترحل .. حقيقة سترحل؟

هل تترك الأحلام

لخيوط العنكبوت تلتف حولها؟

هل نترك الأيام

فى عمرنا تموت تبكى عرسها؟

هل أستطيع أن أحيا بعيدا ؟

هل تستطيع أن تحيا بعيدا ؟

تذكر .. أرجوك تذكر

تذكر أرجوك تذكر

تذكر انتظارى

فى الليل أحمل ألمك

تذكر انصهارى كالشمع

دمعي يسبق دمعك

تذكر غنائي وهمساتى

تبدل قهرك

حبيبى

أتتركنى أعانى؟

وتترك مكانى؟

وطفلى الصغير

وحلمى الكبير

ونهارى بدونك

ليل ضرير

إليك أتوسل

لا تتركنى بدونك

فأنا بدونك بلا نهار

والشهد فى حلقى

علقم ومرار فتمهل ..

لا تتعجل بالقرار

قرارك بالنسبة لى

أصعب قرار

ولهيب ووجد ونار

انظر حبيبى

هذا المقعد كم ضمنا

هذا الكوب كم ذاق شهدنا

هذه المنضدة كم شهدت

أعياد حبنا

هذى بقايا دموعى

لا زالت بمنديلى يوم الغياب

هذه أطلال شموعى

أوقدها ثانية ولو عادت

سيصبح حبى سراب

هذه ضلوعى مزقها .. اسألها

كم ذاقت من عذاب؟

لماذا حبيبى تتعثر بالجواب

سامحنى .. أرجوك .. غلطة

لا تجعلنى فى لومى والعتاب

ماذا فعلت حتى تشقينى؟

اقسم بالله

وقسمي ينجيني

أني ما فعلت شيئا يغضبك

ولو فعلت ما شئت اهجرني

أو ما شئت بالكلمات اهجوني

فأنا لك الحبيبة دوماً

وشوقي إليك يبكيني

فأرجوك عد إليّ ثانية

بجناحيك احتويني

وطف بي العالم وقل كعادتك

حبيبتي إلى شاطئك

احمليني

خذيني إليك ضميني .. ضميني

أحبك .. أحبك

قولي إنك تحبيني

وأنا .. حقيقة أحبك

والحياة بدونك

شمس بلا ظل

تحرقني وتكويني

وقمر يسطع حقا

ولكن نوره يحزنني ويعميني

فتعالى .. سامحنى اغفر لى

فبعدك لمن أحيا ؟

ومن بالأفراح يهدينى ؟

تذكر لعبة وليدك

تذكر إنى

لا زلت أسيرك

والساعة في معصمك تدق

وتشعل وريدك حين تخبرك

أنها ساعة غرام بيننا

لحظة هيام بيننا

قبلة الأحلام فى ليلنا

تعالى فأنا لا زلت أنتظرك أرجوك

تذكر

وداعاً .. وداعاً يا سيدى

وداعاً .. وداعاً يا سيدي

وداعاً .. وداعاً
للسفينة والشراع
والموجة الحائرة
فى دنيا الوداع
وقلبى المتأجج
فى دنيا الضياع
وداعاً .. وداعا يا سيدى
وداعاً لمن كان يملكنى كجارية
لمن كان يلقينى بشاطئ الهاوية
لمن كان يأمرنى
فأخشى بطش الطاغية
وداعاً لحب
أشعرنى أنى غانية
رهن الإشارة والبنان
أعد إليه طواعية
لكننى أنثى
بكل عزم ماضية
وداعاً .. وداعاً يا سيدى
يا من كنت لعمرى الطاغية
فأنا اليوم

مع غيرك الآمرة الناهية

وداعاً ياسيدى

يكفينى منك ألمًا

يكفيني منك ندمًا

يكفينى منك ارهاقًا

وداعاً يا سيدى وداعا

سأوصد الباب من خلفك تماما

وأشيع خطاباتى للريح انتقاماً

وألقىَ بخاتم الذكرى

فأبدو أكثر إشراقاً

وأهدى ثوب عرسى

لعروس غيرى

تهوى النهار

تهيم بالدنيا هياما

وتعشق الحبَ غراما

وداعا يا سيدى وداعا

وداعا يا سيدى وداعا

ودائماً .. لأغنية الحب تشدو

بيننا

وداعاً .. لقبلة الأحلام تضىء

ليلنا

واعاً . . لنشوة الأنغام تداعب حلمنا

وداعاً . . يا سيدى وداعا

أضحك . . أعجب من نفسي

رغم الفراق . . رغم الوداع

أنادى ياسيدى

على الرغم من عنفى معك

على الرغم أنى قد فلت من الشرك

على الرغم أنى ما عدت عن شيء أسألك

بل لو رأيتك أجهلك

أو ما شئت أتجاهلك

ومع أني ما عدت السوار بمعصمك

ويتقنت أن خاتمى

هو الآخر أبعدته عن أصبعك

إلا إنى لا زلت أدعوك ياسيدى

حتى وإن كانت غيرى معك

وداعاً . . . ياسيدى . . يا من أنا لك الجارية

وأنت الملك

هذا قانون الوجود

ومالى أن أسأله

ومالى أن أسألك

مـعـــــذرة

معذرة

ابتعد عن طريقى
أرجوك .. معذرة
أنا .. لا أصلح للحب
محاولاتك بعثرها فى الماء
واهدها لغيرى
كما تشاء
عدوك خلفى
لا يعنى إلا الغباء
نظراتك نحوى
تجعلنى فى شقاء
تبعثر خطواتى
أخجل من نفسى
أغرق فى يأسى
فى أحزان نهارى
بين عذاباتى المقهورة
وأوراق ذكرياتى
لا زالت تعلق فى ذهنى
لا زالت تعوى مسعورة
لا زالت كلمات حمقى منثورة
تجذب يدى .. تخنق قلبى

بأحلام مكسورة

وعطر مسجون بقارورة

وثوبى المكشوف

ألقيته بعيدا

وقلبى العطوف

لازال مريضا

وحبى التائه فى دنيا الأحزان

لا زال يبكى وحيدا

فأرجوك ابتعد .. معذرة

لن أهوى بعينيك

إلا نظرات الغدر

فالغدر يسبح فى دمى

شريان يغذى ألمى

يصبح نارا فى فجرى

أخشى عليك منى

من مرارة الأيام فى حلقى

فأرجوك صدقنى.. أطعنى

ابتعد .. ابتعد عنى

النار فى قربك منى

الجنة فى بعدك عنى

لماذا تهوانى دون العالم؟

لماذا تلهث من أجلى؟

لماذا الشوق بعينيك يسرى؟

لماذا الحب لى وحدى؟

ودون كثيرات غيرى

دوما .. دوماً

أهرب من نظراتك

دوما .. دوماً

أهرب من حماقاتك

وحماقاتك جسر

لا أحتمل عبوره

ونظراتك سحر لا أحتمل مروره

وحبك فجر ساطع نوره

والعالم حولى عانيت شروره

واحد أحببته

بضلوعى احتويته

إعصار فى قلبى...

زلزلنى .. زلزلته

لحن فى قلبى غنانى

وغنيته

شعر فى عمرى

كتبته .. هدهته .. رددته

فحفظته

في صمته .. في ألمه

لكنه ضاع مني

رغما عني ما ضيعته

ترك قلبي ملقى بعتبة داره

ينزف جرحه .. يتأجج ناره

داسته أقدامه

لم يشغل أبداً أفكاره

وصرخ القلب من الألم يكتب أشعاره

أو يعلن خاتمته

ولينشر أسراره

وتمرغت فوق تراب الحلم الخائب

أحضن قلبي

أحتويه بدمائه ومراره

أبكي .. يبكي .. نبكي

كالطير يبكي

أوكاره

كالفنان يبكي قيثاره

كالعاشق يبكي أطلاله

كالزيتون يبكي ظلاله

وبكيته ولثمته بين ذراعي

احتويته

ووعدته

ألا أنظر . .

ألا أعشق

ألا أهوى

ألا . . وألا . . وألا

وألف كلا وكلا

ماعدت أهوى أبداً

فمعذرة يا من لقلبى

ولا قلب لى تهوى

وهــــمْ جديـــــد

وهـمٌ جديـــــد

لحظة

ما بين الحلم والحقيقة

لحظة

أذكر همساتك

كلماتك

أجمل أوقاتى .. وأوقاتك

لحظة تطير

وأنا وأنت

أميرة وأمير

والقلب أخضر .. كفنوه بالحرير

وأثاث دارى فى المزاد باعوه

باعوا المرايا والمقاعد

والسرير

والإطارات الزجاج حطموها

وأخرجوا المسامير

ليدقوها بتابوت الجسد الراقص

على دقات المزامير

لحظة .. أتذكر فيها

كم من الفراق مر علينا سنينا

ولا زلنا نحمل فى العشق أمانينا

والذكرى تفوح كالعطر
فى أعماق ما ضنينا
نبكيها جمرات تلهبنا حنينا
ونسأل الليل لعل نجومه
تهدينا
وهيهات يا قلبى ومن لنا
من غمار اليأس ينجينا
والعذاب سياط تمزق أمانينا
والهوى يم فى أمواجه يرمينا
والعتاب ترانيم تشجينا
أتذكر
ولماذا أتذكر؟
أفكر وبأى شيء.. أفكر؟
أحبك حقا لا أنكر
أجمل أحلامى أنت
ولك كل العمر عشت
ومن أجلك وحدك حلمت
لحظة حلمت
وأرانى حقا ندمت
لأنى فعلا خنت
كان وكنت

كنت الشوق وكنت القلب

ويوما كالعادة قررت

وأراني بعدت

وتهت حقيقة

بدونك أنت

أحببت وحدك

أو هكذا توهمت

فارس أحلام جديد

أو لتقل تخيلت

وأخيرا كان

بعينيه الوهم

وبين ذراعيه

أشم العطر

هل تتخيل؟

هل تصدق ؟

عطر من؟

ياللهول عطرك أنت

الاغتصاب ونفسية الفتاة

الاغتصاب ونفسية الفتاة

ثوبى
آه .. يا ثوبى
من مزق ثوبى؟
من يسرق عمرى
من يحرق زهرى؟
ويحطم قلبى
ويكشف صدرى
ويبيح عري
داعرة أنا ..
أقسم لا
خاطئة أنا
أقسم لا
فى الدرب المظلم
اغتالوا براءتى
بسلاح من غدر
وأنا لا حول لى ولا أمر
أتلمس للدرب العذر
ومن حولى أرباب الشر
أهرب من وجع العمر
والعمر لا أدرى

هل يتوقف؟

أمامى يغافلنى ويمر

أتجرعُ أبشع أنواع المر

والفأر يغتالُ الهر

وكلاب تنبح فتثير الذعر

ومقامر يتحدث عن دنيا الطهر

ومغامر يجذبنى للقبر

آه يا ثوبى

غافلونى ومزقوه

وقلبى هو الآخر حطموه

من بين ضلوعى سرقوه

وجسدى بالأقدام القذرة داسوه

وصرخت من ألمى

اقبرونى واقبروه

ما ذنب ثوبى تمزقوه

وعمرى تسرقوه

وزهرى تحرقوه

وصدرى تكشفوه

وعري تبيحوه

آه يا ثوبى

يا حلمى الضائع

في الطرقات

ألوانك كانت تبهرني

وزهورك دوما تأسرني

متاهات الأغصان بنسجك

ترسم للحب دروبًا

للأمنيات..هل تدركني؟

آه يا ثوبي

كل الناس كانت تهتف

ما أحلاك

ما أحلاك

والعشاق من حولي

يتمنون

رضايا ورضاك

اليوم.. ودعت الهوى

اليوم.. ودعت الهوى

في ليلة عاصفة
والشوق نهر قد تجمع فى العيون
والقلب قبل العقل تملؤه الظنون
هل نلتقى ثانية وتتلاقى العيون
أم ككل الناس يوماً قد نهون؟
هل حقا هذا يكون؟
أيعقل أن كلانا يخون
جنون .. جنون .. جنون
وافترقنا أضاعتنا الطرق شعبتنا
للذكريات الحائرة شيعتنا
للأفكار الثائرة بلا رحمة قذفتنا تركتنا نئج فيها ..
تركتنا
بلا دليل قيدتنا
ضاع المجداف تحطم
والسفينة دونه أرهقتنا
وتعلمنا أو هكذا الدنيا علمتنا
أنها لقاء .. وفراق
وأشواق ألهبتنا
وسألت يوما عنك
ظل الشجر حين التقينا

ضحك الشجر وقد علم أننا انتهينا
فلهثت أعدو
أسأل الشمس التى تعلم وحدها
أين انتهينا
أسيرة أنا لا زلت لذكرياتى
هى ما مر من عمرى
هى صورة ذاتى
هى بسمتى حين عشقنا
هى دمعتى يوم الفراق
هى يوم ضيعنا الطريق
قلبى الأسير وقلبى الطليق
عمرى الباسم وعمرى الفريق.

الثدي المبتور

الثدى المبتور

سؤال ممل
بعد كل العمر تسأل
هل ما زلت أهواك
نعم لا زلتُ أهواك
بنفس القلب البرىء
وذات الشوق الجرىء
وعلى الطريق
لا زلت أنتظرك
لتتشابك أصابعنا
وكلمات الغزل الرقيق
تسامر مسامعنا
فلولاك أنت يا أملاً
دوما ينا جينا
ينادنيا .. يراودنا
ما استطعت الحياة يوما
ولا زالت من المآقى مدامعنا
إليك كلماتى أؤنقها .. أهدهدها
على زهرة
على ورق معطر
أنقش أسامينا

فوق سحابة صيف مجنونة

نناحيها . . تناجينا

تروح وتغدو

تجتث السواد

أنهارا من مداد

كأنها امرأة

توهج الدم فى وجنتيها

ثم انتشر فى الدروب

يصبح كاللظى

حين تحمله الرياح

وحين تهامست النسوة عليها

كانت بقايا

تحيا مثل الضحايا

جسدها حطام

لم يعد يتذوقه العشاق

وفوق ردائها الجلدى

برزت أعضاؤها

تتساءل فى شراسة

عن الثدى الذى كان

كثدى غانية

فى إحدى الغرف المغلقة

وضعوا فى فمها الأوكسچين

اجتثوه

كما تجتث الدودة

من براعم القطن اللامعة

كانت ستحيا

تحلم بالدفء

وحين غازلتها الشمس

جرت السنابل

تنبض فى قلبها

نبتة من فراغ

أو بعض قطرات

من نبيذ

فتعود تترنح

تدق ألف باب

تسأل عن طفلها الضائع

فى طرقات المدينة

فهل يعود؟

زمان المادة والصراعات النفسية

زمان المادة والصراعات النفسية

هو القلب
هو القلب يصرخ بالامتلاء
شوق وأمانى صباحًا ومساء
دفقة من الحلم تبعث الارتواء
هو القلب
يموج بالأعاصير والرياح
وعواصف هوجاء
يسقط بإرادته دومًا فى الهوى
وحينما نشتاق
نقول ولا عزاء للأشواق
هى الأقنعة فوق الوجوه
نرتديها لنعلن الخفاء
يا صوت الذكرى ينادى
فأستيقظ وأعشق
فيه النداء
امنحنى زهور العالم
وأهدينى قبلات العشاق
هدهدنى كحمام الأيك
حين يأتى للأوكار فى اشتياق
أنثر الأمنيات لمن ضاعوا وضلوا
فى دروب الأشقياء
وأكتب آخر كلماتى .. فى الحب والشقاء

ليلة بكى فيها القمر

ليلة بكى فيها القمر

كان زجاجًا ملونًا
يبهر النظر
لكل من يمر ...
وكل من نظر
ستارة شفيفة
تنشر الخبر
وتعلن للجميع... أن خلفها قمر
يرسل الضفائر
فيهطل المطر
صبية صغيرة
ناضجة الثمر
تزاحم خطابها
واقترابها خطر
من بين ألف عاشق
منحته القلب
لم تسأل موعد السفر
خيوط بالنور مغزولة
وبالهمسات تعزف
فوق الوتر
قطعة سكر

عصفور أخضر

كان يزقزق حين يطيب

مساؤه بالحب وبالنغمات

تأخذه النشوة فيحلق

في كل الفلوات

وبالأشواق يطير إلى

فردوس الجنات

يستبقيه الحلم

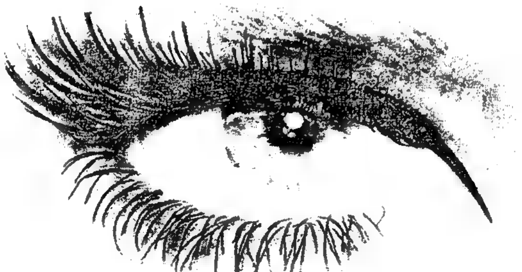
فيرقد عند العتبات

والقلب المذبوح يئن

بين أنين ورقات

مسطورة الذكرى بدموع الثكلى

والآهات



استســـلام

استسلام

الراية أرفعها وأسلم أسلحتى
طواعية بإرادة منى
أدخل فى دهاليز الأروقة الخجلى
أرجوها للحب تدعنى
وأهدهد أحلامى بسفائن قلبى
وشراع الأشواق تغنى
أبحر لعوالم موصودة
وعواصف شتى أرضًا تطرحنى
والسر بعمق البئر
والأنثى حدائق عشب وتمنى
بكفوفى الموشومة صبراً
أدق على الأبواب الموصودة بعينى
كل مساء .. يأتينى
المارد ويحاكمنى
كنت الملكة ببلاط العشق
فى المقصلة أتهيأ
للموت كى يحصدنى
أرديتى الملكية
وتاج الماس

نزعوه من فوق رأسى

وحماماتى طارت بعيداً عن سمائى

فلم يبق سوى أصداء يأسى

يا هذا الصوت بأعماقى

لا تسألنى بعد اليوم

عن ميعاد عرسى

فالعرس أفراح ورقص

وأنا ضائعة

فى زمان منسى

موعدنى عيادة الطب النفسى

محتويات الكتاب

الجزء (١)

المرض النفسي للمرأة في سن اليأس

المرض النفسى للمرأة فى سن اليأس ٥

أعراض سن اليأس ٦

أولا : التغيرات العضوية ٦

التغيرات العصبية والنفسية ٧

العلاج الميسور ٨

عذاب زوجة ١٠

المنابع النظرية لصحة الأسرة النفسية ١٢

نسب الذكاء ١٤

أولا : الطب النفسى للأطفال ١٥

ثانيا : دراسات اجتماعية ونفسية اجتماعية ١٧

البنت نص الولد ١٩

المجموعة الأولى ٢٠

المجموعة الثانية ٢١

استخدام الرسم والموسيقى فى علاج ازدواج الشخصية ٢٢

ما سبب الإصابة بالازدواجية ٢٣

ولهم رأى فى تأخر الزواج ٢٤

لماذا ؟؟ مشاكل زوجية بالجملة ٢٥

حكايات الزمن القديم... الجميل ٢٥

حكاية من هذا الزمان ٢٦

تعليق فى زمن الحرية ٢٧

اقتراحات وحلول غير تقليدية ٢٨

كونى نفسك ٢٨

عزيزتى الفتاة ٢٩

للكبار كلمة ٢٩

الزار وعالم الطب النفسى ٢٩

شعرى والحالة النفسية ٣٠

الأمراض النفسية ...والمسالك البولية ٣٣

نقص إفراز كمية البول ٣٣

الألم الكلوى ٣٣

زيادة عدد مرات التبول ٣٤

الاحتباس البولى ٣٤

التبول اللاإرادى (الليلى) ٣٤

العنة الجنسية ٣٤

الاكتئاب النفسى ٣٥

القلق النفسى ٣٥

القلق النفسى الاكتئابى وتصنيفه ٣٦

البلوغ والنفسية ٣٦

الإنجاب والجنس ٣٧

حبوب منع الحمل والجنس الثالث ٣٧

الشيزوفرينيا الجزئية ٣٨

شكوى رومانسية ٣٩

الحالة النفسية للعانس ٣٩

صورونى دون أن أدرى ٤٠
عصبية جداً ... لماذا؟ ٤١
أنواع الأمراض النفسية ٤٢
حوار مع الدكتور فتحى البطوطى «أبو العلاج الطبيعى» ٤٢
احذرى الإجهاد الذهنى والنفسى ٤٧
أولاً: مرض الروماتويد ٤٧
ثالثاً: روماتيزم الكتف والظهر ٤٩
صدرى بيؤلمنى .. ونفسيتى متأثرة جداً ٤٩
أو[illegible] .. الصدر .. لماذا؟ ٥٠
حالات ... وساعات ٥٠
نصيحة ٥٠
بصاق صديدى ٥١
النفسية ... والعملية الجراحية ٥١
التدخين ٥٢
انهيار عصبى .. والسبب السيجارة ٥٢
خان الخليلى ٥٣
وتبقى كلمة أخيرة ٥٤
هل للهرش أسباب نفسية؟ ٥٤
ما الحكاية ... إذن؟ .... [illegible]
أعراض أخرى ٥٧
من هو الطبيب النفسى؟ ٥٧
هل هو حب؟؟ ٦٠
نفسيتك ... ونار الغيرة ٦١
يقول علماء الطب النفسى ٦٢
فرق بين الحسد والغيرة ٦٢
تقول هيام فى رسالتها باكية ٦٣
هل أفصح عن غيرتى؟؟ ٦٥
الحياة ... نهايات مروعة ٦٧
أكثر الفئات العمرية التى تعانى المرض النفسى ٦٧
هى والثانوية العامة ٧٠
علاج الأمراض النفسية بالإيحاء ٧٥
(أبقراط) ٧٩
(فرويد والانحراف الجنسى) ٨٠
الجنسية المثلية ٨١
النرجسية ٨٢
السادية ٨٢
الماسوشية ٨٣
الإنسان العصبى ... والقلب ٨٣
البداية: المخ والجهاز العصبى ٨٤
تصلب الشرايين ٨٤
ضغط الدم المفاجئ ٨٥
جلطة المخ ٨٥
تمدد شرايين المخ ٨٥
المرأة تصاب بالأمراض الوجدانية ٨٦
أسرارى بين يديك ... بقلم د. أحمد ضبيع ٨٨
اين عمرى؟ ٩٤
«منى» ليست بديلة ٩٨
(مغرمة الشئون الصغيرة) ١٠٦

قراءة فى أوراق مريضة ١١٥
واحدة بواحدة والبادئ أظلم! ١٢٧
حسناء العار مبرر وجودها! ١٣٤
دخلت شقتى.. سمعت صوته.. رأيته يخوننى ١٤٣
الفطام = الإعارة التبادلية ١٤٦
الضغوط اليومية وعلاقتها بالتنبؤ بالأمراض النفسية ١٥٤
الجزء (٢)
موعد في عيادة الطب النفسي
موعد في عيادة الطب النفسي ١٦١
سيكولوجية المرض النفسى ١٦٣
علم نفس وعلم جسم.. كيف؟ ١٦٤
ماذا يطلب الإنسان فى حياته؟ ١٦٤
الإيجابى والسلبى ١٦٥
السعادة هى أصل الحياة ١٦٥
إحساس غامر بالسعادة ١٦٦
قاموس الأمراض النفسية والعصبية ١٦٧
فقدان الإرادة ١٦٨
فقد القدرة على الحساب ١٦٨
الخوف من الحشرات ١٦٩
زوال فهم المدركات ١٦٩
رهبة الارتفاع ١٦٩
عصاب جسمى المنشأ ١٦٩
الهلاس الحاد ١٦٩
الإدمان ١٧٠
غياب حاسة الذوق ١٧٠
العدوانية ١٧٠
المانخوليا المتهيجة ١٧٠
نطق هياجى ١٧٠
العمى الحسى ١٧٠
اللاإرادية ١٧٠
رهبة الخلاء أو الفضاء ١٧١
العجز عن الكتابة ١٧١
جنون وحشى ١٧١
العمى الحركى ١٧١
الخرس (غياب الصوت) ١٧١
رهبة الألم ١٧١
الغلمة الغيرية ١٧٢
ذهان اتهام الغير ١٧٢
ازدواجية المشاعر ١٧٢
فقدان الذاكرة ١٧٢
عديم الأسدية ١٧٣
رهبة الرجل ١٧٣
شذوذ عن السوى ١٧٣
غياب الشهية ١٧٣
الحصر النفسى ١٧٣
كراهية الرجال ١٧٣
الفزع من العنانة ١٧٤
الحبسة ١٧٤

الذهول ١٧٤
فقد النطق ١٧٤
فقد الصوت ١٧٤
فقد القدرة على الكلام ١٧٤
العمى الحركى ١٧٥
الوهن ١٧٥
رهبة البرق والرعد ١٧٥
الزجعى ١٧٥
مس الزواج ١٧٥
خوف الزواج ١٧٦
قضم الأظافر ١٧٦
النرجسية ١٧٦
مس العقاقير ١٧٦
الخوف من المرض ١٧٦
الغثيان ١٧٧
السلبية ١٧٧
الخوف من الجديد ١٧٧
الاستحواذ ١٧٧
للخوف سيكولوجية ١٧٧
الحالة الأولى ١٧٨
الحالة الثانية ١٨٠
أسباب الحزن .. عندهم ١٨٢
أنا موسوسة .. أعمل إيه؟ ١٨٣
والحل ١٨٤
النسيان ١٨٤
والحل ١٨٤
الوشم والتجميل والنفسية ١٨٤
فى البداية .. ما هو الوشم؟ ١٨٥
الوشم فن جميل ١٨٥
لماذا تفشل حياتهم الزوجية؟ ١٨٦
الوشم فى الطبقات الشعبية ١٨٧
هل هناك طريقة لإزالة هذا الوشم؟ ١٨٨
يقول الدكتور لؤى البسيونى أخصائى جراحة التجميل ١٨٨
أنواع أخرى من الوشم ١٨٨
أخطر الأمراض النفسية .. الصرع ١٩١
ما هو الصرع ١٩٢
الصرع الأولى ١٩٣
الصرع الثانوى ١٩٣
هل للصرع صور وأشكال؟ ١٩٤
ما هى نوبات الصرع الصغرى؟ ١٩٤
نوبات الصرع الكبرى ١٩٤
أعراض تمهيدية ١٩٥
نوبات الصرع النفسى الحركى ١٩٥
كيف يتم تشخيص حالات الصرع؟ ١٩٥
تحذير هام ١٩٦
الالتواءات النفسية ـ والمشاكل الجنسية للمرأة ١٩٦
تحذير ١٩٨
حالة أخرى ١٩٨

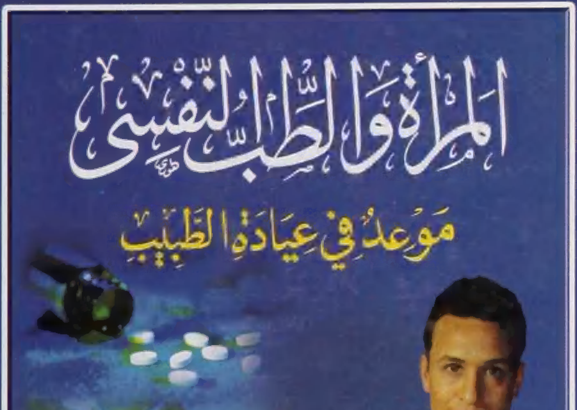
اهتماماته ومجالاته ١٩٩
الأميرات.. والحب ٢٠١
لماذا لا تحاول المرأة الإقلاع عن السير فى دروب الانحراف؟ ٢٠٢
مراية الحب... هل هى عمياء؟ ٢٠٣
دوامة الجنس.. هى.. وهم.. والأحزان ٢٠٣
تحليل.. وعرض ٢٠٤
امرأة أخرى باردة ٢٠٥
إن لم تدعنى سأنادى البوليس ٢٠٦
امرأة متحررة.. ولكن ٢٠٨
هى والطبيب الشاب ٢١٠
من سجل الحالة ٢١٢
ملاحظة الطبيب ٢١٢
برنارد شو والمرأة...؟ ٢١٣
معبود النساء ٢١٣
ويقول برنارد شو ٢١٤
الغيرة النفسية ٢١٤
لماذا إذن نتزوج؟ ٢١٧
كذلك كلمة للفتاة على انفراد ٢١٨
العانس.. والنفسية ٢١٧
الفرق بين حب الفتاة وحب المرأة ٢٢٠
الاشمئزاز الخيالى والجنس! ٢٢٠
العلاقة النفسية بين الحب والدين ٢٢٢
عودة أخرى.. للغيرة. وحزام العفة ٢٢٣
الغيرة.. درجات ٢٢٤
ما هى العفة؟ ٢٢٥
مناظرة.. بين العفة والشهوة ٢٢٧
الزواج والحالة النفسية. والحرية الجنسية ٢٢٩
البحث عن السعادة الوهمية ٢٣٣
وحكاية أخرى ٢٣٦
تصور غاية فى القسورة والألم ٢٣٨
هى وبيت الرمال ٢٣٨
المرض النفسى فى السينما .. بئر الحرمان النفسى ٢٤١
المرض النفسى و المرأة الرئيسة ٢٤٣
عدوانية ٢٤٤
عاقلة ٢٤٤
النقد ٢٤٥
لماذا يكرهها المعقدون .. الست الرئيسة ٢٤٦
إصرار وعمل دءوب ٢٤٩
بعد فوزك بالمنصب.. خسرت إيه وكسبت إيه؟! ٢٥٠
صاحبة.. رأس مال! ٢٥١
القيادة إزعاج! ٢٥١
الانتقام ٢٥٣
إعلامية مخضرمة ٢٥٣
فى البيت مراتى. وفى العمل رئيستى؟! ٢٥٤
مسألة مبدأ ٢٥٥
الثقة بالنفس ٢٥٦
خبرتها أكبر منى ٢٥٧
وضع مرفوض ٢٥٨

لا رئيسة ولا زميلة ٢٥٩
تعاون وزمالة ٢٦١
جورجيت قليني .. عاشقة العدالة ٢٦١
مراتي راتبها بالدولار ٢٦١
ما مبعث هذا الغضب؟ ٢٦٥
المصلحة غالبة ٢٦٦
قيادة حازمة ٢٦٧
استراحة نفسية ٢٦٨
الطب النفسي والأمراض الباطنة ٢٧٢
أدوية التخسيس تزيد دقات القلب وتؤدي إلى الاكتئاب النفسي ٢٧٥
أدوية المسهلات ٢٧٥
هبوط ٢٧٥
اكتئاب ٢٧٦
حتى القولون عصبي .. عجبي ٢٧٦
ما هو الغليظ ٢٧٦
تأثير عصبي ٢٧٧
اضطرابات عصبية ٢٧٧
وتضيف د. أميمة ٢٧٨
القلب وجهازك العصبي ٢٧٨
تصلب الشرايين ٢٧٩
تمدد شرايين المخ ٢٧٩
لذلك عليك يا سيدتي ٢٧٩
نصيحة أخيرة ٢٧٩

الجزء (٣)

إبداع امرأة تهذي

وقالت ٢٨٤
سأمنحك .. امرأة غيري ٢٨٩
المرأة والفراق ٢٩٣
وداعاً .. وداعاً يا سيدي ٢٩٩
معذرة ٣٠٣
وهم جديد ٣٠٩
الاغتصاب ونفسية الفتاة ٣١٣
اليوم .. ودعت الهوى ٣١٧
الثدي المبتور ٣٢٠
زمان المادة والصراعات النفسية ٣٢٤
ليلة بكى فيها القمر ٣٢٦
استسلام ٣٢٩
الفهرس ٣٣١



تصميم الغلاف: ياسر جودة ٠١٢٢٨٤٤٥٠٦

مكتبة جزيرة الورد

شارع محمد عبده - أمام الباب الخلفي لجامعة الأزهر - بالحسين

ت : ٠١٢٢١٠٨٤٩٣ - ٠٢٥١١٤٣٧١